STEVEN SPIELBERG DIGITAL YIDDISH LIBRARY
NO. 03606

MENTSHN, PLANTSN UN REFUES

Ch. Garber

•

NATIONAL YIDDISH BOOK CENTER
AMHERST, MASSACHUSETTS

NATIONAL YIDDISH BOOK CENTER
AMHERST, MASSACHUSETTS
413 256-4900 | YIDDISH@BIKHER.ORG
WWW.YIDDISHBOOKCENTER.ORG

•

MAJOR FUNDING FOR THE
STEVEN SPIELBERG DIGITAL YIDDISH LIBRARY
WAS PROVIDED BY:

Lloyd E. Cotsen Trust
Arie & Ida Crown Memorial
The Seymour Grubman Family
David and Barbara B. Hirschhorn Foundation
Max Palevsky
Robert Price
Righteous Persons Foundation
Leif D. Rosenblatt
Sarah and Ben Torchinsky
Harry and Jeanette Weinberg Foundation
AND MEMBERS AND FRIENDS OF THE
National Yiddish Book Center

•

The *goldene pave*, or golden peacock, is a traditional symbol of Yiddish creativity. The inspiration for our colophon comes from a design by the noted artist Yechiel Hadani of Jerusalem, Israel.

The National Yiddish Book Center respects the copyright and intellectual property rights in our books. To the best of our knowledge, this title is either in the public domain or it is an orphan work for which no current copyright holder can be identified. If you hold an active copyright to this work – or if you know who does – please contact us by phone at 413-256-4900 x153, or by email at digitallibrary@bikher.org

חנא גאַרבער
פאַרמאַצעווט

מענטשן פלאַנצן און רפואות

(אַלגעמיינע שמועסן)

מיט אן אריינפיר פון אוניווערזיטעט-פראָפעסאָר
ד״ר מאַקס אַבשלום

☆

בוענאָס איירעס
1945

Hecho el depósito que
marca la ley

מיינע ווענגראָווער תלמידים
געווידמעט.

Ch. GARBER

Hombres, Plantas y Remedios

Buenos Aires
1945

אינהאַלט:

	זייט
אַריינפיר פון ד"ר מ. אבשלום	5
אַ פּאָר ווערטער פון מחבר	9
די זון און די פלאַנצן	11
דער מענטש און די פלאַנצן	15
וואַסער-וואוקסן און לישייען	19
באַקטעריעס	25
שוועמלעך, וויטאַמינען און די אַנטשפּרעכנדע מענטשלעכע שפּייז	33
פלאַנצן מיט בלומען	43
פּאַרקן, באָטאַנישע גערטנער און הערבאַרן	51
די סודותפולע קראַפט אין די פלאַנצן געמאָסטן און געוואויגן	59
פרוכטן און גרינסן	75
רפואות אָפּצוהיטן די אויסערלעכע ריינקייט פון מענטש-לעכן אָרגאַניזם	83
רפואות צום מאָגן, לעבער, נירן, נערוון און צו דער אי-נערלעכער אָפּריניקונג בכלל	101
אַפראָדיסיאַקן — רפואות, וואָס רייצן אויף אָדער פאַר-שטאַרקן דאָס סעקסועלע געפיל	135
גיפט — מיט שטרענגער מאָס און וואָג	141
גיפט — גאָר אָן אַ מאָס און אָן אַ וואָג	153
רשימה פון פלאַנצן	155

אריינפיר

אַנטציקונג און באַגייסטערונג דערוועקן זיך אין אונז, ווען מיר באַזוכן אַ באַטאַנישן גאָרטן און באַאָבאַכטן דאָרט די פאַרשיידנאַרטיקע געוויקסן: זייערע פילפאַכע פאָרמען און קאָלירן, זייערע בלעטער און בלומען. דאַן, דערשפּירן מיר אין דער טיפעניש פון אונזער נשמה די וואונדערבאַרע גרויסקייט פון דער נאַטור, איר שיינקייט און איר גלאַנץ.

אָבער ניט נאָר מיט התפּעלות פון אַזאַ באַאָבאַכטונג באַגנוגנט זיך דער מענטש.

ער וויל זיך נענטער באַקענען מיט דער מיסט׳ריע, וואָס רינגלט אַרום די פּלאַנצן, דהיינו: ווי זיי אַנטוויקלען זיך, פונוואַנען באַקומען זיי זייער חיונה און וועלכע זיינען אייגנטלעך די רוי־מאַטעריאַלן מיט וועלכע זיי פאַבריצירן די נאָרונגס־ און גענוס־פּראָדוקטן, וועלכע דער מענטש באַנוצט שוין זייט טויזנטער יאָרן.

צוקער, פּראָטעאינען, בוים־אייל, וויטאַמינען און אַנדערע, ווי אַזוי ווערן זיי אַרויסגעבראַכט? וועלכע קראַפט, וועלכע ענערגיע פאַרברויכט מען דערצו?

אָט די פראַגן האָבן זיך געשטעלט פיל באַטאַניקער און כעמיקער פון דער ציוויליזירטער וועלט (אויב אַזאַ עקזיסטירט נאָך אין דער ווירקלעכקייט!) און האָבן געזוכט, דורך פאַרשיידענע וויסנשאַפטלעכע עקספּערימענטן, אריינצודרינגען אין אָט דער סודותפולער וועלט, בכדי צו אויספאָרשן זייער שאַפונגס־פּראָצעס, ס׳הייסט, אויף וועלכן אופן און באַדינגונגען זיי לעבן און שאַפן.

אונטערזוכונגען האָבן פעסטגעשטעלט, אַז אַלע פּלאַנצן, פון וועלכע מינים און משפחה זיי זאָלן ניט זיין, קענען לעבן און פּראָ־

דוצירן, באַזיצנדיק פאָלגנדע דריי קאָנדיציעס: באָדן, וואַסער און לופט.

ווען איינע פון אַט די קאָנדיציעס זאָל פעלן, דאַן קען קיין שום געוויקס ניט לעבן, זיי קענען ניט דורכמאַכן זייערע ביאָלאָגישע פּראָצעסן אויף אַ נאָרמאַלן אופן.

אין אַלגעמיין קען מען ביי די געוויקסן אונטערשיידן דריי טיילן: די וואָרצלען, דער שטאַם און די בלעטער.

דורך די וואָרצלען ציען ארוים די געוויקסן פון באָדן די מינעראַ־שטאָפן, בכדי צו פאַרשטאַרקן זייער אָרגאַניזם. קאַלך, פאָספאָר, מאַגנעזיום, אייזן, פאָטאַש, סיליציום און נאָך אַנדערע, זיינען יענע הויפט־עלעמענטן, אָן וועלכע די פלאַנצן קענען ניט לעבן.

די צווייטע קאָנדיציע איז דאָס וואַסער. די אויבן־אויסגע־רעכנטע מינעראַלן קענען באַנוצט ווערן נאָר דאַן, ווען זיי זיינען געלייזט אין וואַסער. די פלאַנצן פאַרווענדן דאַן, די אַריינבאַקו־מענע מינעראַלן פאַר דער קרעפטיקונג פון זייער קערפּער. אויסער־דעם ווערט דאָס וואַסער באַנוצט אַלס רוי־מאַטעריאַל אין דער פאַבריקאַציע פון די פילצאָליקע אָרגאַנישע פּראָדוקטן און אויך אַלס שוץ־מיטל קעגן די הייסע זונען־שטראַלן, וועלכע וואָלטן זיי פאַרגעלבט און פאַרוועלקט.

איצט קומען מיר צו, צו דער דריטער קאָנדיציע: די פלאַנצן נויטיקן זיך אין לופט.

אויף צוויי פאַרשיידענע וועגן קומט פאָר דאָס פאַרברויכן פון דער לופט:

1) ביינאַכט, אין דער פינסטער, אָטעמען די פלאַנצן, אַרוים־ציענדיק דעם זויערשטאָף פון דער אַטמאָספער, גלייך ווי עס טוען דאָס אַלע לעבעדיקע באַשעפענישן אויפן ערד־קויל.

2) ביי־טאָג דאַגעגן, אין דער געגנוואַרט פון די זון־שטראַלן, איז אַ חוץ דעם געוויינלעכן פּראָצעס פון אָטעמען, אַנטפּלעקט זיך אַ צווייטער, דער אַזוי גערופענער „צעשטערונג־בויאונגס־פּראָצעס״, וועלכער שטעלט מיט זיך פאָר אַ ווירקלעכע אינטערדעפּענדענץ צווישן פלאַנצן און אַלע אַנדערע לעבעדיקע באַשעפענישן.

מענטשן, פלאַנצן און רפואות

דער פּראָצעס באַשטייט אין פאָלגנדעס:

די געוויקסן, מיט זייער גרינעם פאַרב, וואָס הייסט כלאָראָפיל, לעבט שטאָפן, בכדי צו פאַרשטאַרקן זייער אָרגאַניזם. קאַלך- פאָספאָר, דורך די מענטשן און חיות און וועלכער איז, אין געוויסער מאָס, זייער שעדלעך פאַרן געזונט און צעלייגן אים (דעם קוילנזויער-גאַז) אין זייערע מיקראָסקאָפּישע לאַבאָראַטאָריעס, וואָס געפינען זיך אין די בלעטער, באַנוצנדיק דעם קוילנשטאָף אין זייער דערנערונג און צו אויסאַרבעטן די אָרגאַנישע פּראָדוקטן, וואָס מען געפינט אין זיי, דאַגעגן ווערט דער פאַרבליבענער זויערשטאָף צוריק אומגעקערט אין דער אַטמאָספער אַריין.

אָט דער „צעשטערונג-בויאונגס-פּראָצעס" ביי די פלאַנצן רעאַליזירט זיך נאָר אין דער געגנוואַרט פון די זון-שטראַלן, אַדאַנק זייערע כעמישע און עלעקטרישע אייגנשאַפטן, מאַכן זיי מעגלעך די רעאַליזירונג פון אויבן-דערמאַנטן פּראָצעס.

די אינטערדעפּענדעניץ, בכן, צווישן מענטשן און פלאַנצן באַשטייט אין דעם, וואָס דער מענטש, אום צו אָטעמען, ציט אַרויס זויערשטאָף פון דער אַטמאָספער און גיט צוריק קוילנזויער-גאַז, וואָס איז שעדלעך פאַר זיין לעבן, קומען דאַן די גרינע פלאַנצן, ציען אַרויס דעם שעדלעכן קוילנזויער-גאַז, צושטערן אים, פאַרברויכן דעם קוילנשטאָף — און דעם זויער-שטאָף גיבן זיי צוריק אָפּ דער אַטמאָספער.

דאָס איז אין אַלגעמיינע שטריכן דער לעבנס-גאַנג ביי די פלאַנצן.

וועגן ביימער און אנדערע געוויקסן בכלל, און בפרט וועגן זייערע טעראַפּעאוטישע ווערטן, וואָס ווערן אַזוי פיל באַנוצט פון דער באַפעלקערונג, איז זייער ריכטיק, שיין און אינהאַלטס-רייך באַשריבן געוואָרן פון מחבר פון דעם בוך, ה׳ חנא גאַרבער, וועלכער האָט מיט אַ אומגעוויינלעכער מי און ענערגיע זיך אָפּגעגעבן אום צו מאַכן זיין ווערק פאַרשטענדלעך און נוצלעך פאַרן אידישן לייענער.

מרדכי ל. אבשלום.

בוענאָס איירעס, 1945 - 9 - 25.

אַ פּאָר ווערטער פון מחבר

פון טאָג צו טאָג ווערט אַלץ גרעסער די נאָכפראַגע אויף מעדי־צינישע געוויקסן. אַ טיפער גלויבן אין דער קראַפט פון קרייטעכצער צו היילן כלערליי קראַנקהייטן און מיט זייער פשוטע מאַניפולאַציעס, ווי אויספרעסן דעם זאַפט, פאַרבריען, אָדער לאָזן קאָכן געציילטע מינוטן, האָט איבערהויפּט דאָ אין אַרגענטינע אַרומגעכאַפּט גאָר ברייטע מאַסן אידן, ווי ניט אידן.

פון טאָג טעגלעכן קאָנטאַקט מיטן פאַרקויף פון רפואות און שטייענדיק צווישן דאָקטאָר און חולה באַזיצט דער אַפּטייקער, אויסער די אָפיציעלע קענטעניש אין באָטאַניק אויך ידיעות, וואָס שפּינען זיך אין דער טיפקייט פון דער פאָלקס־פאַנטאַזיע וועגן רפואות.

בכדי צו דערנענטערן פיל לעגענדעס צום געשמאַק פון אידישן לעזער האָב איך זיי פריי באַאַרבעט.

ביים אָפּקלייבן פון די הונדערטער געוויקסן, די יעניקע, ווי מאַ־טעריאַל פאַרן בוך „מעגטשן, פלאַנצן און רפואות", האָבן מיר אויסגע־רעכנט ניט ספּעציעל אויף דער שטודירנדיקער יוגנט, נאָר גראָד אויפן ברייטן אידישן לייענער־עולם און דורכגעלאָזן פראַגמענטן פון הויכן וויסנשאַפטלעכן ווערט, וועלכע וואָלטן באַשווערט אין אזא קליין בוך די פערספּעקטיוו אויף דער געוויקסן־וועלט און אויך דעם שטאַנדפּונקט פון פאַרברויכער — דעם חולה.

עס האָבן מיר אויסגעפעלט פיל פעסט־איינגעשטעלטע טעכנישע טערמינען, הגם עס שיינט צו זיין אַ צרת רבים. אַזוי, צום ביישפּיל, איז

חנא גאַרבער

אין דער אידישער ענציקלאָפּעדיע ביי דער אָפּהאַנדלונג וועגן אָפּיום איינמאָל געזאָגט מאָרפיום און אין אייניקע שורות ווייטער מאָרפין אויף איין און דער זעלבער זאַך.

אַ סך מניעות זיינען אויפגעקומען ביים שאַפן דאָס פאָרליגנדיקע בוך.

צו גובר זיין זיי, האָבן דעם מחבר געהאָלפן, נישט בלויז די פּראַקטיק אין דער אַלטער און בכבודיקער פּראָפעסיע, ווי פאַרמאַציע און אַ פעסט אָנגענומענער באַשלוס צו שמועסן אין אידיש מיט די אידישע פּאַציענטן, נאָר אויך עפּעס אַנדערש.

אין די מערסטע פאַלן קומט אויס דעם אַפּטייקער, צום גרויסן באַדויערן, זען די פּרוכט פון זיין מי און וויסן — די רפואות — ווי נישטיקע שפּילערייען קעגן די גרויזאַמע יסורים און אומפאַרמיידלעכן סוף פון חולה, און אין געציילטע פאַלן אַ געזונט און גליקלעך פּנים. אין אַזאַ לאגע איז ניט נאָר נויטיק א ליבע צו דער פּראָפעסיע, נאָר אַ קוואל פון ליבע צום ליידנדיקן און א דראנג אים צו העלפן בפועל ממש אונטער אַלע באַדינגונגען און קודם כל: אַ כסדרדיקע אויפקלערונג וועגן, דער נויטיקייט זיך צו פאַרלאָזן אויפן דאָקטאָר וועגן אַלע קראנקהייטן, וועגן ריכטיק באנוצן די פארשריבענע רפואה און לסוף אָריענטירן אין וואלד פון די מעדיצינישע פלאנצן, וואו עס בלאָנדזשען היינט צו טאָג, אזויפיל מענטשן.

דאָס אלץ האָט דערפירט צו דער שאפונג פון מיין בוך „מענטשן, פלאנצן און רפואות”, וואָס איך גיב איבער אינעם רשות פונעם לייענער.

איך דריק אויס מיין האַרציקן דאַנק דעם אינזשעניער און ד״ר־כעמיע מ. ל. אבשלום, וועלכער האָט שטענדיק צו וויסנשאַפטלעכער התמדה אָנגערעגט און האָט געשענקט זיין אויפמערקזאַמקייט דער פאָרליגנדער אַרבעט.

דעם פּריינט דוד לערמאַן, פאַר זיין שטעלן צו מיין דינסט זיין ביבליאָטעק — אַ דאַנק.

חנא גאַרבער

בוענאָס איירעס, אָקטאָבער 1945

ערשטער קאַפּיטל

די זון און די פּלאַנצן

ווען דער מענטש האָט אָנגעהויבן דערקענען די סביבה אין וועלכער ער לעבט, האָט ער געוואָלט פאַרשטיין די שייכות פון דער אויסערלעכער וועלט מיט אים. די נאַכט מיטן טיפן הימל, די לבנה מיט דער אומענד־לעכער צאָל שטערן האָבן גערייצט זיין פאַנטאַזיע. אונטער די צווייגן פון בוים אונטער וועלכן ער פלעגט רוען, איז אַזוי אָנרירבאַר די מוטער־ערד און ווי מטושטש און נישט צו באַגרייפן, וואָס עס איז העכער פון איר. וואו זעט מען דעם אָנהויב און וואו איז דער סוף פון בלוילעכן חלל? צי ווירקן נישט די פינקלדיקע שטערן אויפן גאַנג פון זיין לעבן? און עס פאַרבינדן זיך די שוואַרצע נעכט מיט יענער קאַלטער, פייכטער און אור־מעטיקער צייט אין יאָר, ווען דער ווינט יאָגט אַרום פאַרוועלקטע און צע־טראָטענע רעשטן פון שמעקעדיקע בלומען און געלע בלעטער פון די נאַ־קעט־געבליבענע ביימער, אַ צייט אין יאָר, ווען עס ווייעט מיט יאוש און צעפאַלונג.

מיטן אָנקום פון פרילינג דערוואַכט אַליץ, ווי פון אַ פאַרכישופטן שלאָף. תחית המתים אין אַלע ווינקעלעך. דער פרילינג איז פון שטענדיק אָן געווען פאַרן מענטשן אַ קוואַל פון בלויער האָפענונג, פרייד און באַ־נייט דעם גלויבן אין די אייגענע כוחות. די ווייסע בלומען אויף דער

חנא גארבער

נאָר וואָס פּוסט־געוועזענער ערד, איז ווי אַ סימבאָל פון אויפלעבונג. און ווי האָט אונזער דיכטער, דער קראַנקער יהואָש געזונגען:

„דאַכט זיך דער פרילינג בין איך גאָר אַליין
און איך בין דער קעניג פון לעבן
און וואו נאָר אַ שימער און וואו נאָר אַ קווייט
האָב איך פון מיין אוצר געגעבן..."

די אַזוי פיל מאָל איבערגעלעבטע פאַרוועלקונג און בליאונג, דער גרינער גראָז־דעק אויף דער ערד און דער אומעטום דערגרייכנדיקער שטראַל פון דער זון, אָט דער געבענטשטער שטראַל, וואָס ברענגט אַזוי גוטמוטיק, לעבן אין דעם אָרעמסטן ווינקל פון באַרג, אין נידעריקסטן טאָל; די זילבערנע אויבערפלאַך פון דער סאַזשלקע, די זון־שטראַלן אויפן מעבטיקן דעמב. דאָס אַלץ באַשאַפט די ענלעכקייט צווישן דער גרינער וועלט מיטן גורל פון מענטש און גאַנג פון זיין לעבן.

דורך טעג זוניקע, פלעגן מענטשן באַצויבערט ווערן פון דער אומענדלעכקייט פון ים, פאַרצווייפלט ווערן אין ווילדן מדבר און בלייבן טויט־דערשראָקן ביי פינצטערע מיילער פון די בערג־קייטן. דונערן און בליצן, שטורעם און רעגן, קעלט און שניי; אַ פאַרטויבנדיקער גערויש פון אַ וואַסערפאַל, אַלץ צוזאַמען האָט דעם מענטשן אָנגעפולט מיט די דראַמאַטישסטע איבערלעבונגען...

מיט פרייד פלעגט ער, דער מענטש, צוריקקומען צום וואַלד, צום קוסט, צום גראָז, צום בוים און מיט זייערע פרוכטן זיך דערקוויקן און אונטער דעם אָנגענעמען שאָטן, די פאַרלאָרענע כוחות צוריק באַקומען. שוין דאַן פלעגט ער מיט טיפער זאָרג זיך צוקוקן, ווי פאַרחלשט עס בלייבט די מוטער־ערד ביי זון־פאַרגאַנג און עס באַהערשט אַ מיסטעריעזע גלוסטונג פון אַלץ וואָס עס אָטעמט, צו דעם פאַרשוואונדענעם רייכן קוואַל פון לעבן אין בלויען הימל. און אין לויף פון טויזנטער דורות האָט זיך אַלץ געשטאַרקט דער פאַרגעפיל, אַז אַלץ ציט איר יניקה פון דער זון. שפּעטער, האָט עס די וויסנשאַפט באַשטעטיקט און דערוויזן, אַז אויב

מענטשן, פלאנצן און רפואות

מען פארשטעלט די געוויקסן פון דער זון, גייען זיי אונטער און אז א דאנק די גרינע פלאנצן מיט דער הילף פון די זונען־שטראלן, ווערן גע־שאפן יענע אלע שטאפן, וואס האלטן אויף די גאנצע לעבעדיקע וועלט: פויגל אין דער לופטן, פיש אין טיפן וואסער און אלע יבשה־באשעפע־נישן פון לייב ביזן לעמעלע, פון לעצטן אינזעקט ביזן מענטשן, הענגען אלע אפ איינער פון אנדערן — און אלע צוזאמען פון די גרינע פלאנצן.

א הארמאניע איז איינגעשטעלט געווארן צווישן דער זון און די געוויקסן דורכן שטראל און דער גאנצער ארום, האט דעם מענטשן אונ־טערגעזאגט, וואו עס איז זיין ארט און ווער עס איז זיין פריינט. ער האט אויסגעפונען, אז דער שטומער גרינער עדות פון אלע זיינע איבערלע־בונגען איז אויך דער, וואס שפרייט אויס די גאנצע הארמאניע אויף אים...

צווייטער קאפיטל

דער מענטש און די פלאנצן

ווען די תאוה צו וויסן האט א קוק געטון אויפן מענטשן און זיין אינערלעכער וועלט, האט זי געוואלט דערקלערן, וואס עס קומט דארטן פאר.

אין אונזער ארגאניזם קאן מען געפינען כוחות, וועלכע האבן טייל־מאל אן אויסדרוק פון מוסקולארער אנשטרענגונג, טיילמאל אויך אן אי־בערגעוויכט פון פסיכישער שאפונג, אבער צווישן אלע צייכנט זיך אויס איין כוח, וואס שטעלט אלעמען אין שאטן, איז פרימארדיאל, רייסט איבער אלע שיינע און בייזע חלומות און האלט אין קאן אלע צעלן פון קערפער, ביז מען באפרידיקט אים ניט. ער פארוקט אין א ווינקל די שרעק און רחמנות; נעמט צו הילף די פארצווייפלונג און באגלייט דעם מענטשן אויף זיין גאנצן לעבנס־וועג. דאס איז דער קעניג־הונגער. וואו זאל מען זיך ווענדן צו באפרידיקן אזא מעכטיקן כוח? און איינמאל בא־פרידיקט, איז אלס אפטע באגלייטונג פון אזא זאטקייט קומען אן די פארדייאונגס־קראמפן. וואס זאל מען טון אין אזא פאל, אז פאסטן איז אוממעגלעך? ווי אזוי שטילט מען די יסורים?

און נאך א קראפט דערשיינט פון זיין אינערלעכער מהות. זי איז אלט ווי דער מענטש אליין — די פיל באזונגענע ליבע. די קראפט פירט אוועק אויף ווייטע און געשלענגלטע וועגן פון טיפע איבערלעבונגען. די דינסטע פעדים פון הארצן, די איידלסטע מוסקולן פון קערפער און די

חנא גארבער

ראפינירטסטע אויפמערקזאמקייט פון רעיון שטעלן זיך אין א מעכטיקן אויפברויז. די ארויסגערופענע עמאָציעס פאַרטראָגן דעם מענטשן צו א שענערער וועלט און פון לאנג־דויערנדיקן יום־טוב. וואו קען מען אָבער געפינען די מיטלען, וועלכע זאָלן ארויסרופן, אָדער פארשטארקן די ליבע? וואו קריגט מען אנגענעמע ריחות, צו פארפומירן זיך? וואו באקומט מען די אייל צו פארגלעטן די אויסגעקרימטע שטריכן פון געזיכט? און צו אויסבאהאלטן די פרי־אנגעקומענע גרויקייט פון די האָר? די בלייכע ליפן און צוואקסענע קנייטשן, די פארשוואונדענע קאָלירן פון קערפער און פארוועלקטע גלוסטונגען, האבן געטריבן צו זוכן צווישן די פלאנצן עפעס אן אויסוועג. די בעסטע באפארבונג איז אָבער בלויז צייטווייליק.

פון די אוראלטסטע צייטן איז מען דערגאנגען צו טאטואירן זיך. דאָס וואָרט אליין שטאמט אָפּ פון דער שפראך אויף דעם טאהיטי אינזל און וויל זאגן א טיפער סימן אין דער הויט, נישט אָפּצומעקן. איינער פון די גאר פשוטסטע טאטואירונגען איז יענע, וועלכע ווערן געמאכט מיט א שארף שטיינדל אָדער העלצל אנמאכנדיק טיפע קראצן אין פאָרם פון בלומען אין דער הויט, און צושיטנדיק דערנאך אין דער אויפגעשני־טענער הויט, קאלך, בכדי עס זאל זיך נישט שנעל פארהיילן. אזא אופן פון פארשענערן דעם קערפער איז געווען אין דער מאָדע ביי די נעגערס אין אפריקע און אויף אינזלען פון פאציפישן אָקעאן. די העכסטע פאָרם פון טאטואירונג איז דערגרייכט געוואָרן דורך די יאפאנעזער. ביים מאכן דעם טיפן קראץ אין דער הויט מיט א קאקטוס־נאָדל, אָדער א שארףביינדל פון א פיש, ווערן איבערגעלאָזן אין דעם שניט פארשיידענע פארבן, ווי טינט פון דעם קאמפעטשע האָלץ און אויך פון מינעראלן. אזא מין ארבעט פאָדערט נישט נאָר אַ שטארקן געדולד, נאָר אויך כוח איי־בערצוטראָגן פיל יסורים, איידער עס ווערן פארהיילט אויף דער פלייצע די אָלע קראצן און שניטן, בכדי עס זאל ארויסקומען רויטע, אָדער בלויע קאָלירן, צי גאר א בילד פון א פארליבט פאָרל. עס ווערט דערציילט וועגן א יאפאנעזער, וואָס האָט אכט חדשים געמוזט ליגן אויפן בויך ביז עס איז פארענדיקט געוואָרן א בילד פון זיין געישא (געליבטע) מיט איר פיל בלומיקן פעבער, אויף זיין פלייצע. דער קאמפעטשע האָלץ איז א

זיד־אַמעריקאַנער פּראָדוקט און איז היינט נאָך זייער וויכטיק אין פּאַר־בעריי.

אָבער נישט נאָר די אויסערלעכע זייט פון קערפּער איז אַ קוואַל פון זאָרג. דער מענטש וויל לעבן, לעבן און געזונט זיין, דאָס איז זיין אינ־טימסטער פאַרלאַנג.

נישט איינמאָל האָט דער אוראַלטער מענטש צוגעזען און געפילט אין זיך דעם אונטערשייד פון אַ געזונטן און קראַנקן צושטאַנד. און נישט נאָר די לייכט־פאַרבייגייענדיקע אָפּשוואַכונג פון אַ מיטגליד פון זיין שבט. אַ שלל מערקווירדיקע איינדרוקן האָט איבערגעלאָזט דאָס פּלוצים־דיקע פאַרשווינדן פון געזונטער פרייד אויפן פּנים פון זיין קינד, אָדער דאָס פּאַמעלעכע אויסגיין פון אַ קרוב און דער שפּעטערדיקער פאַנאַנ־דערפאַל פון אָרגאַניזם אַלס ווערטלאָז שפּייז פאַר די נידעריקסטע און עקלדיקסטע שרצים. עס זיינען געזוכט געוואָרן מיטלען צו פאַרהיטן די גאַנצקייט פון קערפּערלעכן געביי. דאָ איז אויפגעקומען די אַלטע, גאָר אַלטערטימלעכע סיסטעם פון באַלזאַמירונג.

די זאָרג פאַרן קערפּער אין טויטן צושטאַנד האָט מער ווי אומעטום זיך אַנטוויקלט אין אַלטן מצרים, אָבער אויף דער גאָרער וועלט איז די הויפּט־דאגה פאַרן רעיון געווען און געבליבן — די לעבעדיקע — אויפ־האַלטן זייער עקזיסטענץ, שטילן זייערע ליידן און באַזיגן די קראַנקהייטן. נאָכן אַנטדעקן און פאַרטיפן זיך אין דער רייכער, אינערלעכער וועלט פון מענטשן מיט איר ברויזנדן ים פון עמפּפינדונגען און געפילן, איז מען געקומען צום שלום, אַז ווען זי גייט ניט נאָרמאַל און ווערט אויף וועלכן עס איז אופן געשטערט אין איר אַנטוויקלונג, ווערן גלייכגילטיק פאַרן מענטשן די דרויסנדיקע געשעענישן און ווערטלאָז די אָנגעאייגנ־טע זאַכן.

בכן איז דאָס וויכטיקסטע: אויפהאַלטן דאָס לעבן, וואָס הייסט צווישן אַנדערס, די אַקטיווע בלוט־צירקולאַציע אָנגעטריבן פון האַרצן, די

חנא גארבער

דויערנדע אַרבעט פון די לונגען און די פאַרפּיינערונג פון די געהירן. אויף דעם דאַרף מען האָבן גרויסע סכומים פון ענערגיע, וועלכע דער מענטש קען ניט נעמען, פשוט פון דער אַטמאָספער און פון באָדן. ער איז געצוואונגען צו זוכן פּאַרטיקע אין די פּלאַנצן, און אַזוי זוכנדיק האָט ער זיך געמוזט באַקענען מיט די אַלגן, באַקטעריעס און שוועמלעך ביז די הויכע און טויזנט־יאָריקע מאַמאָנטן.

ד ר י ט ע ר ק א פ י ט ל

וואַסערוואוקסן און לישאַיעס

איך האָב געהאַט אַ לערער, אַ משכיל, זייער פאַרליבט אין העב־רעאיש, איז ער געווען איינגעגלויבט, אַז עס ליגט אַ טיף־וויסנשאַפטלע־כע באַדייטונג אין געוויסע ווערטער פון אונזער אַלטער שפּראַך. צוקער־מענדיק צו אַזאַ וואָרט ווי מים־חיים, פלעגט ער עס טייטשן ניט פרישׂ־דערקוויקנדיק וואַסער, נאָר וואַסער מיט לעבן. לויט די מער פאַרשפּרייט־סטע מיינונגען פון די היינטיקע וויסנשאַפטס־לייט, האָבן די ערשטע לע־בעדיקע וועזנס פון אונזער ערד זיך אַנטוויקלט אין וואַסער. נאָך אַ לויף פון טויזנטער יאָרן, האָבן אַט די וועזנס, שוין באַרייכערט מיט בעסערע מיטלען צו אויפהאַלטן דעם פונק פון לעבן, פאַרלאָזט טיילווייז די פלי־סיקע סביבה און אָנגעהויבן באַדעקן די יבשה. אין וואַסער, אַפילו אין דער קלענסטער קאַלוזשע, צי אין די טיפענישן פון ים קאָן מען אין די קאַלטע ווינטער־טעג, צי אין הייסן זומער, מיט דער הילף פון אַ פשוטן מיקראָסקאָפּ אויסגעפינען אַזש 25 טויזנט מינים פון לעבעדיקע וועזנס. זיי שפּרינגען און דרייען זיך תמיד, זיי ציען אָבער אין איין ריכטונג: צו דער זון־ליכט. קיין איין טראָפּן פון וועלכן עס איז וואַסער אין דער נאַטור אַרום אונז, איז נישט ליידיק.

צווישן די, וועלכע בילדן די פלאַנצן־וועלט — האָט מען פון גאָר אַלטע צייטן איינגעזען צוויי בולטע טיילן: פלאַנצן, וועלכע בליען נישט און במילא גיבן זיי נישט קיין זאָמען און אַנדערע וואָס האָבן יאָ בלומען און שפּעטער זאָמען. די זאָמען טרעפט מען נאַקעטע, אָדער איינגעשלאָסע־

נע אין פרוכטן. אָט די פּאַנאַנדערטיילונג פון די געוויקסן גילט נאָך היינט אויך. עס זיינען מיט דער צייט צו די ניט בליענדיקע צוגעקומען די מיקראָסקאָפּישע געוויקסן, צווישן זיי אָט די אויבנדערמאָנטע וועזנס אין וואַסער. די וואַסערוואוקסן אָדער אַלגן.

כלאָראָפּיל

זיי קען מען טרעפן איבערהויפּט גרין. דאָס איז אַ דאַנק דעם זייער וויכטיקן שטאָף, וואָס זיי פאַרמאָגן דעם כלאָראָפּיל. מיט אָט דעם צויבער־שטעקעלע שאַפט זיך דער וואונדערלעכער אוצר, וואָס עס ליגט אין די פלאַנצן. דער כלאָראָפּיל מאַכט די אַלגן זעלבסטשטענדיק. זיי קענען אַליין זיך שפּייזן און מיט דער מיטאַרבעט פון דער זון באַקומט זיך דער קראָכמאַל און נאָך אַנדערע שטאָפן, צווישן זיי אַזוינע וואָס ווערן איבערגעאַרבעט דורך די פיש אין די וויכטיקע וויטאַמינען A און D . די פיש שפּייזן זיך מיט אַלגן פון דעם מין פלאַנקטאָן און רעזערווירן די וויטאַמינען אין דער לעבער. אַזוי אַרום קענען מיר זיך ווי נישט איז דערקלערן, פאַרוואָס ציען די אַלגן צו דער באַשטראַלטער זייט און אויך פאַרוואָס באַזיצן די פיש געוויסע וויטאַמינען. אין ימים דערגרייכן אַלגן צו אַ קאָלאָסאַלער הויך, ביז אַ קילאָמעטער. זיי זאַפּן איין די ים־זאַלצן און דעריבער געפינט מען אין זייער אַש פאַרשיידענע עלעמענטן, איבערהויפּט די וויכטיקע יאָד און בראָם.

גלייכצייטיק ווי עס שאַפט זיך דער קראָכמאַל, ווערט אויך פון די אַלגן באַפרייט אַ סכום זויערשטאָף אין די וואַסערן. דאָס דערמעגלעכט דאָס אָטעמען פון די מיליאָנען בעלי־חיים אין די טיפענישן פון ים. אין דער אינדוסטריע ווערט כלאָראָפּיל פאַרווענדט צו געבן דעם פיינעם גרינעם קאָליר די פאַרשיידענע ליקאָרן און אַנדערע געטראַנקען.

אגאַר-אַגאַר

פון געוויסע סאָרטן וואַסערוואוקסן, וועלכע לעבן אין די ימים ביי כינע און יאפּאַן און אויך אַרום די אינזלען פון אינדישן אָקעאַן, ווערט אַרויסבאַקומען אַ שטאָף אַגאַר־אַגאַר. מיט קאַלט וואַסער ווערט עס אָנגעשוואָלן, און איינמאָל פּרעפּאַרירט, פוילט עס נישט שנעל. אַ סך קלאַסן פון מיקראָבן לאָזן זיך

מענטשן, פלאַנצן און רפואות

גוט האָדעווען אין אַזאַ פּרעפּאַראַט און עס ווערט אין די לאַבאָראַטאָריעס פיל פאַרנוצט אַגאַר־אַגאַר. אין דער מעדיצין ווערט עס פאַרשריבן אַלס גוטער לאַקסאַטיוו פאַר קליין און גרויס. אין אַטלאַנטישן אָקעאַן פאַרנעמען די אַלגן־סאַרגאַזן גרויסע שטחים. באַהאַוונטע ים־פאָרער רופן אַזוינע פּלעצער „דער ים פון די סאַרגאַזן".

צום ערשטן טייל וועלכע בליען נישט, געהערן די איינפאַכסטע געוויקסן ווי צום ביישפּיל די אַלגן אָדער וואַסערוואוקסן: שימל, הייוון, שוועמלעך, לישאַיעס און דער גאָר וויכטיקער צווייג — די באַקטעריעס. וואָס מער מען פאָרשט וועגן אָט דעם טייל פון די געוויקסן, זעט מען אַלץ מער איין דעם גרויסן שייכות צווישן אַ נאָרמאַל און געזונט לעבן פון מענטשן און אָט די אומזעבאַרע ברואימלעך. די דערפאַרונג האָט מיט דער צייט דעם מענטשן געלערנט, אַז דאָס שוין אָנגעגרייטע אין דער נאַטור, איז נאָך נישט גענוג צו דערהאַלטן דאָס לעבן און נאָך ווייניקער דערלויבן אַ געווויסן פּראָגרעס. די ריכטיקע אַריינפּאַסונג אין יעדן לאַנד, מיט די פאַרשיידענע קלימאַטן און באַדינגונגען, קען נאָר פּאָרקומען מיט דער הילף פון געצייג. שאַפן אַזוינע מיטלען, וועלכע זאָלן העלפן בייקומען די מניעות, מיט וועלכע די פיזישע וועלט פאַרצוימט אים, איז געוואָרן די גרויסע זאָרג פון מענטשלעכן מין. צווישן די געוויקסן האָט מען זיי געפונען. אַזוי איז מיטן באַוואוינען די ברעגעס פון אָזיערעס, אינזלען און טייכן, האָט דער אוראַלטער מענטש נישט איינמאָל צוגעזען אויסער די וואַסער־געוויקסן, אויך שווימענדיקע שטאַמען פון ביימער און די מעגלעכקייט אויף זייערע רוקנס צו איבערשניידן די וואַסער־מחיצות און אַזוי אַרום צוקומען צו דער שפע פון שפּייז אין וואַסער. פון דאַנען איז מען דערגאַנגען צו אויסבויען שיפלעך.

אויך האָט מען זיך געדאַרפט שיצן קעגן קעלט און רעגן. דאָס ברענענדיקע האָלץ האָט געגעבן וואַרעמקייט און באַלייכטונג און דאָס איז געווען פון אַזאַ גרויסער וויכטיקייט, אַז עס איז פאַרהייליקט געוואָרן ביי אַלע פּרימיטיווע פעלקער.

די גרויסע טייכן פון סיביר: אָבי, לענאַ און אַנדערע טייכן פון

חנא גאַרבער

קאַנאַדע, וועלכע שניידן דורך לענדער מיט געדיכטע אורוועלדער, פאַר־שלעפּן צום אַרקטישן אָקעאַן, וואָס רינגלט אַרום דעם נאָרד־פּאָל, גרויסע מאַסן בוימער און אַנדערע סאָרטן געוויקסן. ווי אַ ברכה פון הימל פאַלט עס אַראָפּ פאַר די עסקימאָסן און אַנדערע פעלקער פון יענע קאַנטן, וואו צוליב אַ סך סיבות קענען זיך נישט האַלטן קיין וועלדער און קוים, קוים, וואו ניט וואו, דער הירשן־לישיי. דער זיד־פּאָל, אין וועמענס ימים עס פאַלן נישט אַריין קיין גרויסע טייכן, איז טאַקע נישט באַוואוינט. די געוויקסן וועלכע קלאַמערן זיך צום לעבן אין די לענדער אַרום נאָרד־פּאָל, אויף שטיינער, אָדער שניי־באַדעקטע פעלזן האָבן אויסצושטיין גרויסע מניעות פון דער נאַטור אַרום. די הערשנדיקע שטאַרקע קעלט, דאָס פעלן פון גענוגנדע זון־ליכט, די אוממעגלעכקייט פאַר די וואָרצלען זיך איינצופעסטיקן אין פאַרפרוירענעם באָדן; אויך די שטאַרקע ווינטן וואָס בושעווען דאָרטן, טריקענען אויס די אַטמאָספער פון דעם ביסל פייכטקייט. די אַלע פאַקטאָרן מאַכן זייער לאַנגזאַם דעם וואוקס אפילו פאַר די לישאַיעס. אַזוי דויערט איין דעקע לישאַיעס אין די טונדרעס, אַ צייט פון אַ גאַנץ מענטשלעך לעבן, ביז עס וואַקסט ווידער אָן. אין נאָרד לעפּלאַנד איז געפונען געוואָרן אַ יעגלע פון איין סענטימעטער די גרעב. איר עלטער איז אָפּגעשאַצט געוואָרן אין קרוב 550 יאָר. די לי־שאַיעס וואָלטן די זייער שווערע באַדינגונגען ניט אויסגעהאַלטן, ווען זיי באַשטייען נישט פון צוויי געוויקסן. אַ שוועמל און אַ וואַסערוואוקס, צוויי גלייכע שותפים אין קאַמף קעגן דער אומדערטרעגלעכער סביבה. אָבער נישט נאָר אין די קאַלטע טונדרעס געפינט מען די לישאַיעס. אויך אין מדבר, צ. בש. אין סאַהאַראַ וואַקסט אויף די פעלזן דער „מן לישיי", וועלכער איז עסבאַר Lecanora . דער איסלענדישער לישיי איז אויך עסבאַר און ווערט באַנוצט אין דער מעדיצין, אָבער דער וויכטיקסטער פון אַלע איז דער הירשן־לישיי. זיין נאָמען זאָגט אונז שוין מיט וועמען ער איז פאַרבונדן. דאָס איז נעמלעך די איינציקע עסבאַרע זאַך פאַרן הירש אין די צפון־געגנטן פון אונזער ערד־קויל, וואָס ער גראַבלט אַרויס פון אונטער דער שניי־דעקע. נאָכן הירש קומט שוין באַוואוינען יענע געגנטן דער מענטש הן אַלס יעגער, אָדער הירשן־פּאַסטוך.

מענטשן, פלאַנצן און רפואות

אין די פּראָווינצן קאָריענטעס און טשאַקאָ, אין אַרגענטינע, קען מען טרעפן אין די קעבראַטשאָ־וועלדער בוימער גערדיכט אַרומגעכאַפּט מיט לישאַיעס, וועלכע הענגען אַראָפּ פון די צווייגן, עטלעכע מעטער די לענג. אין אַרגענטינער פאָלקס־לשון רופט מען זיי „קעבראַטשאָ־באָרד״, ווייל זיי קלעטערן איבערהויפּט אויפן קעבראַטשאָ־בוים. אָבער ווי אַנדערש וואָלטן זיי געקענט אויפכאַפּן די זונען־שטראַלן? אונטער די געדיכטע טראָפּישע בוימער איז פאַראַן בלויז שאָטן, מוזן זיי קלעטערן.

דער שליטן, דער וואָגן און דאָס שיפל; די הילצערנע הייזער אָנ־שטאָט פינצטערע היילן, דאָס אויסגעטריקנטע הייטל פון פּאַפּירוס, אַזאַ געוויקס אין די זומפּיקע געגנטן פון מצרים, אויף וועלכן מען קען שרייבן און אויך די מעגלעכקייט צו אויפהאַלטן דאָס פייער, זיינען פון יענע מיט־לען, וועלכע די געוויקסן האָבן געגעבן דעם מענטשן די מעגלעכקייטן אַרויפצוקלעטערן אַ שטאַפּל נאָך אַ שטאַפּל אויפן לייטער פון פּראָגרעס.

פ ע ר ט ע ר   ק א פ י ט ל

באַקטעריעס

אויסער די מעגלעכקייטן אויף זיך צוצופּאַסן צו די געאָגראַפישע באַדינגונגען פון די לענדער, זיינען מיט טויזנטער יאָרן שפּעטער דער־פינדן געוואָרן אַזוינע אינסטרומענטן, וועלכע האָבן געהאָלפן צו אַ בע־סערער באַקענונג מיט די פאַרשיידענע סאָרטן געוויקסן. די באַגרענעצט־קייט פון די מענטשלעכע חושים, דאָס איז די אמתע גרויסע מניעה, וואָס האָט אומעגלעך געמאַכט פאַר אַ זייער לאַנגער צייט דאָס דערוויסן זיך וועגן לעבן פון די אומזעבאַרע ברואימלעך — די באַקטעריעס.

אונזער צונג טאָר נישט אָנגעשטעלט ווערן צו אונטערשיידן דעם טעם פון אַ סך שטאָפן און אונזער אויג קאָן נישט דערזען די מיק־ראָסקאָפּישע וועלט. אויף דעם איז פאַראַן, ווי דער נאָמען לויטעט, דער מיקראָסקאָפּ, דאָס איז דער אידעאַלער אינסטרומענט, וואָס איז געקומען צו הילף אונזער אויג ניט נאָר אין ענין מיקראָבן. ער האָט אונז אויך געלאָזט וויסן וועגן בוי פון דעם געוועב פון פלאַנצן און חיות. מיט אַ מאָדערנעם מיקראָסקאָפּ לאָזט זיך שוין פאַרגרעסערן אַ זאַך עטלעכע טויזנט מאָל און מיט דעם עלעקטראָנישן מיקראָסקאָפּ לאָזט זיך זען אַ האָר, ווי אַ מאָנומענטאַלער דענקמאָל און אַ קייקעלע פון בלוט די גרויס פון אַ טיש.

אַ פאַרגעפיל וועגן דער עקזיסטענץ פון די גאָר גאָר קלייניקע ברואימלעך און אויך אַז די זעלבע דרינגען אריין אין אונזער קערפּער

און עס פירט זיך אַן אמתע מלחמה מיט זיי אין די פּונקטן, וואו זיי באַזעצן זיך, איז פון לאַנג געווען. מיט דער הילף פון עלעקטראָנישן מיקראָסקאָפּ איז באַשטעטיקט געוואָרן יענע השערה. אויך גלויבט מען, אַז עס וועט זיך איינגעבן צו זען דעם „ווירוס", דאָס איז דער ליליפּוט צווישן מיקראָבן, וואָס האָט ביז איצט ניט געקענט געזען ווערן דורך די מעכטיקסטע מיקראָסקאָפּן. די באַקטעריעס זיינען די קלענסטע לעבעדיקע באַשעפענישן אין דער נאַטור. בכדי זיי בעסער אויסצופאָרשן מוז מען די באַקטעריעס האָדעווען אויסער דעם מענטשלעכן, אָדער חיהשן קערפּער. אַזאַ פּרעפּאַראַט, אין וועלכן מען האָדעוועט זיי הייסט קולטיוו. עס קאָן געמאַכט ווערן פון איי־ווייסל, פלייש־זופּ און קאַרטאָפל, קאַשע, אויך אין אַ שטאָף וואָס ווערט אַרויסגענומען פון אַ וואַסערוואַוקס אַגאַר־אַגאַר. מען האָט געמוזט צוטראַכטן אַ ספּעציעלע מאָס פאַר באַקטעריעס. אַ מילימעטער האָט מען צעטיילט אויף טויזנט חלקים און אַזאַ חלק הייסט מיקראָן. דער קאָך־באַציל, וועלכן מען געפינט אין לייבער פון אַ טובערקולאָזן

האָט די גרויס פון 1 ביז 3 מיקראָן.

דער טיפוס־באַציל — פון 2 ביז 3 מיקראָן.

דער לעפּראַ אָדער צרעת באַציל — פון 5 ביז 6 מיקראָן.

פון דיפטעריט — פון 2 ביז 3 מיקראָן.

און דער באַציל וואָס קערט איבער אַלקאָהאָל, אָדער ווייַן אין עסיק, האַלט די גרויס פון אַ האַלבן ביז 2 מיט אַ האַלבן מיקראָן.

די באַקטעריעס האָבן נישט קיין בלאָפּיל און דעריבער זיינען זיי פּאַראַזיטן.

זיי געפינט מען אומעטום. דער ווינט טראָגט זיי איבער גאַנץ שנעל פון איין אָרט צום צווייטן. עס איז פאַראַן אַ סברא, אַז זיי קענען פאַרטראָגן ווערן אַזש פון איין פּלאַנעט צום צווייטן. אין וואַסער געפינען זיי זיך גאָר אין אַ גרויסער צאָל, איבערהויפּט אין אַזוינע וואַסערן, וועלכע נעמען אויף דעם שמוץ און אַנדערע אָרגאַנישע שטאָפן פון די געדיכט באַוואוינטע שטעט, וואַסער פון פאַבריקן און קלאָאַקן. זיי שטאַרבן נישט

אַפּ אפילו ווען דאָס וואַסער ווערט פאַרפרוירן, אַזוי טראָגן זיי איבער די ענדערונגען אין דער טעמפּעראַטור. אָבער דער גן־עדן פאַר די באַק־טעריעס דאָס איז די אויבערפלאַך פון דער ערד. מען האָט אָנגעציילט מיליאָנען אויף אייניקע סענטימעטער.

לויט א העכערער השגחה, איז דער אינעווייניקסטער מענטשלעכער לעבעדיקער גוף ביי א נאָרמאַלן צושטאַנד נישט קיין פּלאַץ פאַר די מיקראָבן, וועלכע ברענגען געפערלעכע שלעק. אויף דער הויט, אין מויל־חלל און אין די געדערים איז זיי יאָ צו טרעפן. אין אַרגענטינע, האָט פּראָפעסאָר סאַרדעלי, וועלכער פירט אָן מיטן מלוכהשן אינסטיטוט פון באַקטעריאָלאָגיע אַנטדעקט א פאַר אים אומבאַקאַנטן מיקראָב אין די געדערים. ביי גינסטיקע באַדינגונגען, ווי געגוג שפּייז און א גינסטיקע טעמפּעראַטור, פאַרמערן זיי זיך אומגעהויער גיך.

ביי נישט גינסטיקע באַדינגונגען נעמען זיי אָן א צושטאַנד, וואָס הייסט ספּאָרן. אין דעם צושטאַנד קענען זיי יאָרן־לאַנג איבערוואַרטן ביז עס בילדעט זיך אוים, די פאַר זיי געוואונטשענע סביבה און דאַן הויבן זיי ווידער אָן זיך צו פאַרמערן. נוצלעכע פון אונזער שטאַנדפּונקט, זיי־נען יענע באַקטעריעס, וועלכע מאַכן פוילן די אַלע אָפּגעשטאָרבענע וועזנס הן פון בעלי־חיים, הן פון געוויקסן און אַזוי אַרום קערט זיך אַלץ ווידער צוריק צום ערשטן קוואַל. דאָס הייסט, די קאָמפּליצירטע כעמי־שע צוזאַמענזעצונגען ווערן דערפירט צו מינעראַלן און גאַזן, וואָס דינען אַלס א רעזערוו פאַר די נייע ערשט־אויפגעקומענע לעבעדיקע ברואים. אויב אָבער פון איין זייט קענען מיר צווישן די באַקטעריעס געפינען אַזוינע בעלי־טובות, איז פון דער אַנדער זייט פאַראַן צווישן זיי נישט געבעטענע געסט אין אונזער קערפּער, וועלכע פאַראורזאַכן שווערע קראַנקהייטן און דערפירן אָפט ביזן טויט. ניט נאָר זיינען זיי שעדלעך מיט זייער אַנוועזנהייט, נאָך אויך מיט דעם גיפט וואָס זיי שאַפן — די אַזוי גערופענע טאָקסינען — זיינען ביז גאָר געפערלעך. דעם אויבנאָן צווישן די דאָזיקע קראַנקהייטן פאַרנעמט די טובערקולאָז, דערנאָך דער טיפוס, די כאָלערע, די בובאָנישע פעסט, באַקטעריעס, וועלכע דערפירן צו די געפערלעכע מויל און ציין קראַנקהייטן און אַנדערע אָנשטעקונגען.

חנא גארבער

לויט דער פֿאָרם פֿון זייער קערפּער, וועלכער זעט זיך אונטער דער גלאָז פֿון מיקראָסקאָפּ, ווערן זיי אָנגערופֿן. אַזוי האָבן מיר פֿריער דערמאָנט די קאָך־באַצילן, ווייל זיי זעען אויס ווי גלייכע שטעקעלעך. אין יאָר 1882, האָט ראָבערט קאָך אַנטדעקט דעם באַציל פֿון טובערקולאָז און דעריבער רופֿט מען אים דער קאָך־באַציל. דורך דער שטרענגער דעזינ־פֿעקציע פֿון שפּייעכץ, וועש און אַנדערע זאַכן פֿון חולה, קען פֿיל פֿאַר־היט ווערן פֿון אָנשטעקונג, דאָס הייסט דורך דעם דירעקטן אָנגריף אויף דעם באַציל. אָבער די אָפּגעלאָפּענע צייט נאָך קאָכס אַנטדעקונג האָט געלערנט, אַז טובערקלאָז דאַרף מען באַטראַכטן מיט אַ סאָציאַלן פֿאַר־נעם, קודם כל איז עס פֿאַרבונדן מיט אַלגעמיינער היגיענע. נישט אַלע קראַנקע איז מעגלעך צו איזאָלירן אין שפּיטעלער און אין סאַנאַטאָריעס. די באַצילן געפֿינען זיך אין מיליאָנען אויף און אַרום אונז און זיי וואַרטן אויפֿן „אָפּשוואַכונגס־מאָמענט” אין אונזער אָרגאַניזם. היינט צו טאָג איז אויפֿן טאָג־אָרדענונג די לאָזונג: גוטע לופֿט, גוטע אַנטשפּרעכנדיקע שפּייז און גוטער מוט. דער דריילינג קען האַלטן אין קלעם דעם געפֿער־לעכן מיקראָב. אויך איז אָנגענומען אין דער מעדיצין, אַז דער קאָך־באַ־ציל קען זיך נישט פּרוכפּערן און מערן, נישט בלויז אין אונזער ווידער־שטאַנדפֿעאיקן קערפּער, נאָר אויסערהאַלב די לעבעדיקע באַשעפֿענישן. אַפֿילו אין דער נאַטור אַרום בלייבט ער אין קלעם. אָט די וויכטיקע אייגנ־שאַפֿט פֿון קאָך־באַציל מאַכט אונז פֿאַרשטיין פֿאַרוואָס עס ווערן נישט קיין עפּידעמיעס אויף טובערקולאָז, פּונקט ווי מאָזלען אָדער גריפּ, וועל־כע זיינען מסוגל אָנצושטעקן מיט איין קלאַפּ די גאַנצע באַפֿעלקערונג.

לייכטער ווערט צו קעמפֿן קעגן די באַקטעריעס, ווען מען דערוויסט זיך ווער עס איז דער פֿאַרמיטלער, אָדער די וועגן און הינטערוועגן דורך וועלכע זיי זוכן צו שעדיקן דעם אָרגאַניזם.

אַזוי איז פֿאָרגעקומען מיט דעם זשערסען־באַציל, וואָס פֿאַראור־זאַכט די בובאָנישע פּעסט. זיין פֿאַרמיטלער איז אַ שטשור. די ענערגישע מיטלען צו אויסראָטן דעם שטשור העלפֿן אין לייזן די פֿראַגע פֿון דער געפֿערלעכער קראַנקהייט. די מאַלאַריע, אונטער די פֿאַרשיידנסטע פֿאַר־מען, אָט די געפֿערלעכסטע קראַנקהייט פֿון די טראָפּישע לענדער, איז

היינט אייגנטלעך אַ קראַנקהייט, וואָס האָט זיך אויסגעשפּרייט אויפן גאַנצן ערד־קוגל: אין אַפריקע, אין אייראָפּע, אין אינדיע, אין זיד־אַמע־ריקע און אין די דרום שטאַטן פון נאָרד אַמעריקע און נאָך מער ווערט קאָמפּליצירט די לאַגע מיט די גרויסע אַרמייען, וועלכע לאַגערן דאָרט. אַט די מאַלאַריע ווערט עטוואָס פאַרמינערט, ווייל מיט ענערגישע מיט־לען ווערט געקעמפט קעגן פאַרמיטלער: דעם מאָסקיט. מיט דער דער־פינדונג פון מיקראָסקאָפּ, האָט זיך געעפנט אַ טיר צו אַ נייער אומבאַ־קאַנטער וועלט, צו דער מיקראָסקאָפּישער וועלט.

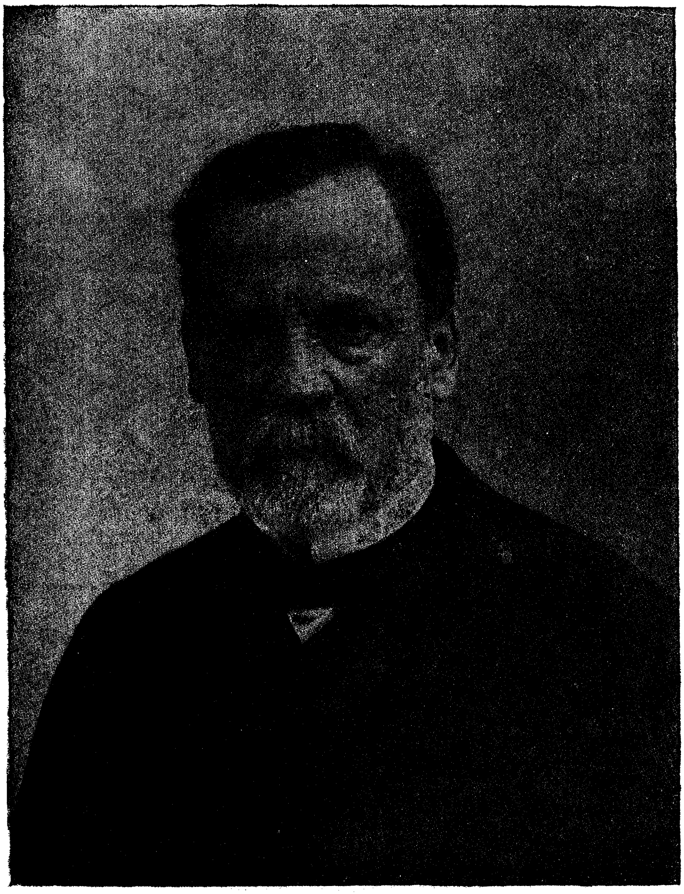
עס קען איינפאַלן עמעצן צו דענקען, אַז די נאַטור גיט גוטמוטיק אויס אירע סודות. אין דער ווירקלעכקייט איז די וויסנשאַפט, וואָס לערנט אונז וועגן די באַקטעריעס — די באַקטעריאָלאָגיע — פאַרבונדן מיט פאַלן פון אומבאַשרייבלעכן העראָיזם און דערהאַבענע מאַרטירער. צו שטודירן דאָס לעבן פון די באַקטעריעס אין בלוט, אין שפּייעכץ, אין ליי־בעץ, אין שטולגאַנג און אין דער אורין פון די געפערלעכע חולאים, איז מען אויסגעשטעלט אויף אַנשטעקונגען. אויך דאָס אַריינדרינגען אין אומ־געזונטע געגנטן איז פאַרבונדן מיט פאַלן פון זעלבסטאָפּפערונג.

אָבער די העכסטע מסירת נפש איז דאָן, ווען דער פאָרשער מאַכט אויף זיך אַליין עקספּערימענטן, וויסנדיק לכתחילה מיט וועלכן סערום ער פאַרגיפטעט זיין בלוט, אָדער אַ קולטיוו פון מיקראָבן לאָזט ער זיך איינשפּריצן צו זען אויף זיך דעם עפעקט און גאַנג פון דער קראַנקהייט. ביי דער געלעגנהייט איז דאָ כדאי צו דערמאָנען דעם יונגן פּערואַנער דאָקטאָר דאַניעל אַ. קאַריאָן, וועלכער האָט זיך מקריב געווען אין בליענ־דיקן עלטער פון עטלעכע און דרייסיק יאָר. ער איז געשטאָרבן פון איינ־שפּריצן זיך דאָס בלוט פון אַ קראַנקן מיט דער „פּערואַנער בראָדעווקע”, אַ זיכער שטערבלעכע קראַנקהייט. אויך איז ווערט צו געדענקען דעם יאַפּאַנישן געלערנטן נאָגוטשי. ער איז געווען אַן אַפּטייק־באַדינער און נאָכן אַריינקוקן דורכן מיקראָסקאָפּ, אין דער פאַרבאָרגענער וועלט פון די באַקטעריעס, האָט ער באַשלאָסן זיך אָפּגעבן אויף זיין גאַנץ לעבן צו פאָרשן די באַקטעריעס, וואָס שטעקן אָן מיט קראַנקהייטן. פון אָרעמען דערפל אין יאַפּאַן ביז די גרויסאַרטיקע נאָרד־אַמעריקאַנער לאַבאָראַטאָ־

חנא גארבער

ריעס האָט דער גורל אים אָוועקגעפירט. און שוין זייענדיק אַלט און צע־בראָכן, איז ער געפאָרן אין אַ געגנט, וואו עס איז אויסגעבראָכן אַ מאַ־לאַריע־עפּידעמיע. פון זיין אייגן בלוט האָט ער געמאַכט אַ סערום און מיט דעם איינשפּריצונגען אין מאַלפּעס. אָן אָנגעשטעקעטער מיט מאַ־לאַריע איז ער לסוף אומגעקומען, פאַרנאָטירנדיק ביז די לעצטע מינוטן דעם גאַנג פון דער קראַנקהייט.

דער אָבער, וואָס האָט באַוויזן דעם ווירכטיקן פּלאַץ פון די באַק־טעריעס, הן אין דער גאַנצער נאַטור בכלל, און אין מענטשנס לעבן בפרט, איז לואיס פּאַסטעאור. מיט זיינע פאָרשונגען האָט ער איינמאָל פאַר אַלעמאָל פאַרטריבן די בויך־סברא, אַז לעבעדיקע ברואים, מעג זיין פון אַזאַ קליינעם פאַרנעם, ווי די מיקראָבן, קענען ארויסשטאַמען אין אונזער אָנוועזנהייט פון גלאַט אַזוי צונויפמישונגען, אָדער קינסטלעך־צו־געגרייטע צולאָזונגען. די באַקטעריעס באַזיצן אַ זייער קאָמפּליצירטע סטרוקטור און שפּראָצן ארויס פון אַנדערע באַקטעריעס. גלויבן אַז עס איז נישט אַזוי, איז ווי צו גלויבן אַז אָדלערס וואַקסן ארויס פון די וואָלקנס. אפילו די ליליפּוטן אין די באַקטעריעס — די „ווירוס"־משפחה, פאַר וועמען מען האָט געשאַפן אַ ספּעציעלע מאָס דעם מילימיקראָן (אַ מיליאָן חלק פון אַ מילימעטער) קענען וואַרשיינלעך אויך נישט אויס־שפּראָצן ספּאָנטאַן. די אָנגעשטרענגטע אַרבעט פון פּאַסטעאור אין די דיסקוסיעס און פאָרשונגען וועגן די מיקראָבן, האָט דערנאָך אויפגע־קלערט, וואָס אַזוינס עס הייסן קלעפּיקע קראַנקהייטן. ער האָט דערוויזן, אַז אויך אין דער לופט הענגען תמיד מיליאָנען שפּראָצונגען פון די אומ־זעבאַרע ברואים, גרייט צו באַפאַלן דעם קערפּער. אויף זיין נאָמען איז געבליבן דער מעטאָד צו אויסמיידן די שנעלע ענדערונגען אין דער מילך. דער מעטאָד הייסט פּאַסטעאוריזאַציע און נישט נאָר אויף מילך, ער גילט אויך אויף וויין, און אַנדערע פּראָדוקטן. ביז אים איז נישט געווען קיין באַגריף פון „ריינקייט" אין וויסנשאַפטלעכן זין. אַ דאַנק די דערפינדונג פון מיקראָסקאָפּ דורכן האָלענדישן פאָרשער לעווענהוק און די וויסנ־שאַפטלעכע אַרבעטן פון לואיס פּאַסטעאור, האָט מען איינגעזען די קאָ־לאָסאַלע ראָל פון אָט די איינפאַכע ברואים אין לעבן פון מענטשן.



ל. פאסטעאור
1822 — 1895

פינפטער קאפיטל

שוועמלעך, וויטאַמינען און דערנערונג

דער מענטש, ווי אַלע בעלי־חיים שפּייזן זיך מיט די שטאָפן, וועל־כע ווערן געשאַפן פון די געוויקסן. איבער פעלדער און וועלדער, צווישן וואָרצלען, שטענגלעך, צווייגעלעך, בלעטער, בלומען און פרוכטן דאַרף מען וויסן, וועלכע טייל איז עסבאַר; אויך ווען עס ווערט צייטיק און וועלכע טייל איז נישט עסבאַר און איז סם המות. די גיפטיקע פלאַנצן זיינען אָפט קאַלירפול און סוקולענט. וויפל מאָל ווערט מען טאַקע גע־שטרויכלט מיטן שוועמל? טאַקע אַ זייער באַליבט עסן אָבער עס איז שווער צו אונטערשיידן צווישן עסבאַרן און גיפטיקן. די שוועמלעך זיי־נען אַ צאָלרייכער שבט צווישן די פלאַנצן. עס זיינען פאַראַן אַזוינע סאָרטן, וואָס פירן אַ צוזאַמענלעבן מיט אַנדערע פלאַנצן אַנהאַלטנדיק אַ האַרמאָנישע גלייכגעוויכט, אָבער אַ סך שוועמלעך דערפירן די פון זיי באַפאַלענע וועזנס צו אַ פולשטענדיקן אונטערגאַנג, אָדער ווערן שעדלעך מיט זייער אַריינמישונג פאַר אַ דריטן צד. דאָס איז דער פאַל מיטן מו־טערקאָרן — אַ פּאַראַזיט פון די תבואות.

מוטערקאָרן. (Cornezuelo de centeno) דער מוטערקאָרן איז אַ שוועמל־פּאַראַזיט וואָס באַפאַלט ווייץ, קאָרן, האָבער און גערשטן גלייך ביים בליען. אַלס טונקעלע הערנערלעך אויף גערשטן ווערט ער צוזאַמען מיט די תבואה געשניטן און אָפט אַריינגעמישט אין מעל פאַר ברויט. דער מוטערקאָרן איז זייער אַ וויכטיק שטאָף אין דער מעדיצין. באַזיצט

חנא גארבער

א ספּעציעלן געדוך, פּייכטערהייט זייער ניט קיין אנגענעמען. די ריכ־טיקע צוזאַמענזעצונג פון די ווירקזאַמע שטאָפן זיינען נאָך ניט גענוג אויסגעפאָרשט געוואָרן.

דער מוטערקאָרן איז פאַרשפּרייט אין גאַנץ אייראָפּע אויף פּאַרלאַ־זענע און ווייניק אָפּגעהיטע פעלדער, איבערהויפּט אין שפּאַניע און דרום רוסלאַנד. דער רוסישער מוטערקאָרן פאַרנעמט דעם ערשטן פּלאַץ, אין האַנדל. ווען עס ווערט פאַרשריבן אַלס פּולווער, דאַרף זיין פריש גע־מאָלן, פּונקט ווי קאַפּע אין אַ מילכל, אָבער מער ווערט עס באַנוצט אַלס פליסיקער עקסטראַקט מיטן נאָמען ערגאָטין איוואַן. שוין פאַר טויזנטער יאָרן צוריק פלעגט באַנוצט ווערן אין כינע צו שטילן בלוט־שטורצן. אין אַרגענטינע ווערט עס זייער פיל פאַרקויפט צו געוויסע פרויען־קראַנק־הייטן. אויך אין פאַלן פון אַבאָרט. אַבאָרטן פאַרשטייט זיך, וועלכע ווערן אַרויסגערופן נישט דורך ספּעציאַליסטן דאָקטוירים, נאָר בסוד און אין שלעכטע היגיענישע באַדינגונגען דורך אַקושערקעס און גלאַט נישט צו דעם באַרופענע פערזאָנען. אַזוינע פאַרטאַטשנע אָפּעראַציעס פאַרשלעפּן אין לאַנגע וואָכן די געפערלעכע בלוטונגען אין די געשלעכטס־טיילן, און דער לאַנגער באַנוץ פון דער ערגאָטין קען אויך נישט העלפן צו אויס־מיידן די אויסשאָבונג פון דער הייב־מוטער. עס איז געווען אַ פאַרדאַכט, אַז דאָס באַנוצן פון די פּרעפּאַראַטן פון ערגאָטין פאַרעלטערט שנעל די פרוי. איצט איז די דאָזיקע באַשולדיקונג אַרויפגעלייגט געוואָרן אויף די אַבאָרטן. ווען אָט דאָס שוועמל באַפאַלט אין גרויסע מאָסן די וויכטיקע תבואות און ווערט פאַרמישט דערנאָך אין ברויט, קען דערפירט ווערן צו די שעדלעכסטע קראַנקהייטן, אַזוינע פאַלקס־אינטאָקסיקאַציעס פלעגן אָפט טרעפן אין מיטלאַלטער.

אין די וועלדער און פעלדער, ביי וועגן און אין היילן האָבן זאַמ־לער שוין אָנגעציילט טויזנטער אַרטן שוועמלעך און דאָך זיינען די גרוי־סע וועלדער פון אַזיע, זיד און צענטראַל אַמעריקע, אויסטראַליע און אַפ־ריקע, די אינזלען און ברעגן פון די טראָפּישע טייכן נישט אויסגעפאָרשט געוואָרן. געוויס וועט די איצטיקע באַקאַנטע צאָל אַרטן פאַרטאָפּלט ווערן.

מענטשן, פלאנצן און רפואות

אין אזוינע לענדער ווי ליטע און פוילן און ספעציעל פראנקרייך זיינען שוועמלעך א וויכטיק און באליבט עסן. אין די ערשטע צוויי אויסגערעכנטע לענדער, ווערן זיי אָן שום באטאנישער קענטשאפט אָנגעקליבן, דאָך דארף אונטערגעשטראָכן ווערן, אז פאקטיש איז גענוג שווער צו אונטערשיידן דעם עסבארן פון גיפטיקן. אלס גיפטיקע דארפן איבערהויפט באטראכט ווערן די שוועמלעך, וועלכע האָבן א שלעכטן גערוך, א ביטערן טעם (אגב אורחא איז נויטיק צו אונטערשטרייכן, אז מען טאָר נישט פארזוכן דעם טעם פון א זאך, בכדי צו קאָנסטאטירן צו איז עס סם, אויף דעם זיינען פאראן גאָר אנדערע און בעסערע מיטלען). אויך ווען זיי זיינען ווייך, הויך צעוואָקסן און מיט בראָדעווקעס אויפן שירעמל. צו געוויסע שוועמלעך רירן זיך פליגן אפילו נישט צו. אויך איז נישט קיין כלל, אז געוויסע ארטן ענדערן זייער קאָליר, ווען זיי ווערן געשפאָלטן, אָדער, אז א זילבערן לעפעלע ווערט שווארץ אויב מען לייגט עס אריין מיט שוועמלעך צום קאָכן. אפילו עסבארע שוועמלעך ווערן גיפטיק, אויב זיי זיינען אלט און צוגעלעגן. נאָר בלויז ווען זיי זיינען יונג און קורץ נאָכן אָנקלייבן קען מען מיט צוטרוי זיי עסן. די שוועמלעך געהערן צום ערשטן טייל געוויקסן. די וואָס בליען ניט, צוזאמען מיט די וואסערוואוקסן, לישאיעס און באקטעריעס. אָבער פונקט ווי די באקטעריעם באזיצן זיי נישט קיין כלאָראָפיל און קאָנען נישט שאפן פאר זיך, מיט דער הילף פון דער זון-ליכט, ווי אלע אנדערע גרינע פלאנצן, די נויטיקע דערנערונג. דעריבער באזעצן זיך שוועמלעך אויף קעסט דאָרטן וואו עס געפינען זיך שטאָפן פארטיקע פאר זיי. נישט האָבנדיק קיין כלאָראָפיל, נויטיקט ער זיך נישט אין קיין ליכט און צעוואקסט זיך אין קעלערן און פייכטע היילן, אין דער פינצטער. אזוי טאקע ווערט ער קולטיווירט, איבערהויפט אין פראנקרייך. אין דער פאָלקס-מעדיצין זיינען שוועמלעך זייער אָרעם פארטראָטן. אין די לעצטע יאָרן און אינמיטן צווייטן קריג, איז פון אָט די שוועמלעך, וועלכע שטייען אויפן נידעריקסטן שטאפל פון דעם פלאנצן-לייטער ארויסבאקומען געוואָרן גראָד, איינער פון די מעכטיקסטע שטאָפן, אלס מיטל צו באקעמפן א סך קראנקהייטן.

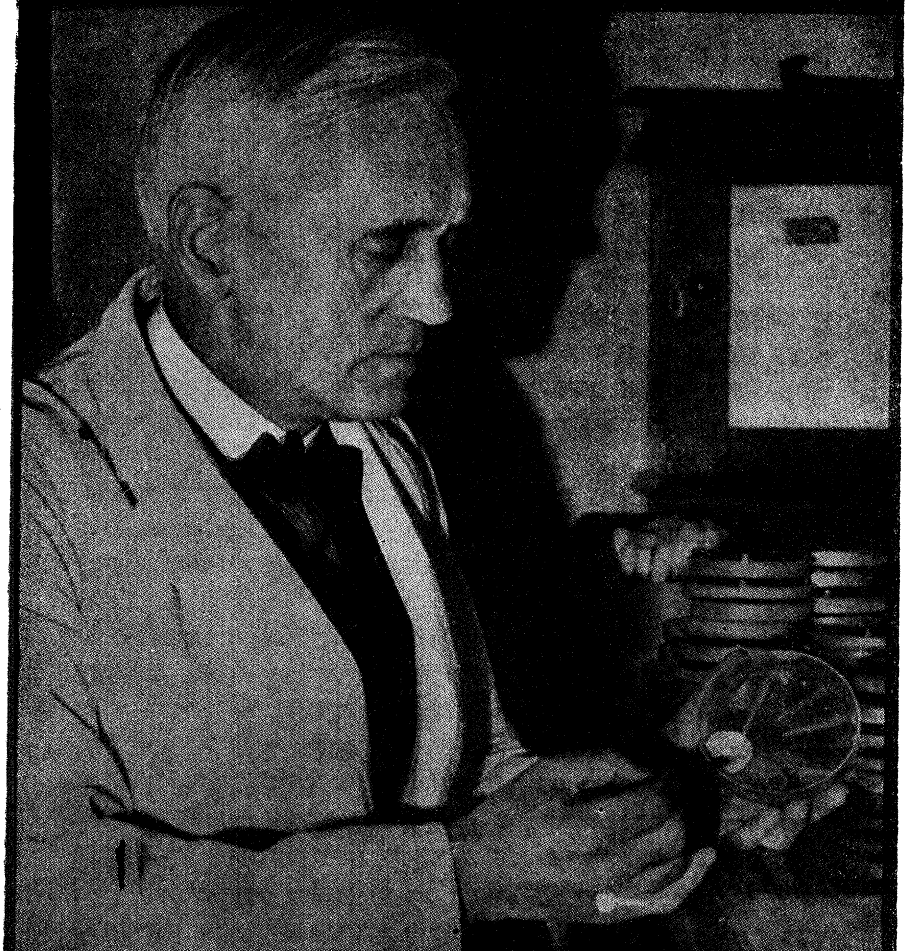
חנא גארבער

דעם ענגלישן פארשער פראפ. אלעקסאנדער פלעמינג קומט דער כבוד צו זיין דער דערפינדער פון די נאטאבלע אייגנשאפטן פון דער פעניסילין, א נאמען וואס ער אליין האט געגעבן דעם שטאף, וואס עס באקומט זיך, ווען מען קולטיווירט דעם פשוטן ברויט־שימל, וואס טראגט דעם לאטיינישן נאמען Penicilium Notatum. פלעמינג ענטפערט מיט פשטות אויף די טויזנטער פראגן וועגן די צוגעשריבענע מעלות פון פעניסילין:

פעניסילין. Penicilina. די פעניסילין, הן ווי א פולווער באשאטן אויף א וואונד, אדער אין די אדערן אלס איינשפריצונגען שטערט די אנטוויקלונג פון געוויסע קלאסן באקטעריעס, אבער גאר א גרויסע צאל בלייבן אויסער איר ווירקונג. נאך א וויכטיקע אייגנשאפט באזיצט זי, וואס אפילו אין הויכע דאזעס איז זי נישט געפערלעך פארן מענטשן. אויף די באקטעריעס, וועלכע ברענגען דעם טיפוס, דיזענטעריע, בובאנישע פעסט, טובערקולאז, קייך־הוסט, מאזלען און נאך אנד. ווירקט נישט פעניסילין. אבער אין וואונדן מיט הייטער, זייער אינפעקטירטע און נישט פארהיילטע, אין פאלן פון טריפער און לונגען אנטצינדונג איז פעניסילין דאס בעסטע פון די ביז איצט באקאנטע מיטלען. דער שימל האט זיך ארויסגעוויזן אלס שונא פון די באקטעריעס און איצט שטייט אויפן טאג־אָרדענונג אן אינטענסיווע נאכוזוכנג פון שוועמלעך קעגן מיקראבן.

אין פראנקרייך וואו דאס שוועמל ווערט זייער פיל קולטיווירט און איז אלס עסן זייער באליבט, האבן זיך געפונען בעלנים צו דערווייזן, אז מען קען גוט אויסקומען א גאנץ לעבן, עסנדיק בלויז שוועמלעך.

צו איז טאקע פאראן אין שוועמלעך די אלע אייגנשאפטן, וועלכע ווערן צוגעשריבן אלס נארמאלער שפייז־קאמפלעקס, איז דערווייל געבליבן אן אפענע פראגע. די אנטשפרעכנדע דערנערונג פאר א נארמאל לעבן פון מענטשן און אנדערע בעלי־חיים ווערט פון טאג צו טאג מער שטודירט און אויסגעארבעט מיט נייע און אומבאקאנטע פון פריער סובסטאנצן. דאס לאזט זיך אפלערנען פון פאקט מיט די וויטאמינען,



DESCUBRIDOR DE LA PENICILINA

El Profesor Alexander Fleming, M.B., B.S., F.R.C.S., Profesor de Bacteriología en la Universidad de Londres y Patologo Residente en el St. Mary's Hospital, descubridor de la PENICILINA, trabajando en su laboratorio, con un cultivo de *Penicillum Notatum*.

א. פלעמינג

ח נ א ג א ר ב ע ר

וואס איז אן אנטדעקונג פון אונזער יארהונדערט. אין אט די וויטאמינען ווערט איצט צוגעשריבן די אייגנשאפט פון אויפהאלטן געזונט דעם גאנצן ארגאניזם, כאטש דער פארברויך קען זיין מיט גאר קליינע סכומים. עס איז גענוג בלויז 1 אנזא, בערך 28 גראם וויטאמין B צו פארהיטן אכציק פערזאן אין א משך פון א יאר צייט פון געוויסע קראנקהייטן, וועלכע וואלטן געווים אויפגעקומען, ווען עס פעלט דאס ביסעלע פון דער וויטאמין B .

אין 1881 האט א פארשער געשפייזט א גרופע מייז מיט קינסטלעך געמאכטע מילך — אזא צונויפמישונג פון די ביז דאן באקאנטע כעמי־שע שטאפן, וועלכע מען קען געוויינלעך געפינען אין מילך און איינ־זענדיק, אז פון אזא פרעפאראט האבן די מייז נישט געקענט לעבן, איז ער געקומען צום שלוס, אז אין דער נאטירלעכער מילך מוזן זיך געפינען נאך אנדערע שטאפן, וועלכע זיינען אבער פון ערשטקלאסיקער וויכטי־קייט פאר א נארמאלן לעבן. האפקינס, א באקאנטער פארשער איבער דער־נערונג, האט נאך פיל באאבאכטונגען איבער שפייזן, צוגעגרייטע מיט איי־ווייסל, קראכמאל און זאלצן, צעלאזענע אין וואסער, געקומען צום אויספיר, אז עס פעלן פארט א געוויסע צאל אומבאקאנטע ביז דאן שטאפן; שטאפן אזוינע וועלכע זיינען בנמצא אין פרוכטן, גרינסן און פלייש. ערשט אין 1911 האט א יונגער פוילישער געלערנטער פונק, לער־נענדיק אין ליסטער אינסטיטוט אין לאנדאן ארויסגעקריגן פון הייוון און פון שאלעכץ פון רייז א הייל־מיטל צו דער בערי־בערי — א קראנקהייט, וועלכע זעט זיך שטארק אן אין כינע און יאפאן. בערי־בערי איז אויף סענעגאליש לשון (אפריקע) אן אפשוואכונג פון די „הענט און פיס”.

אלע ענלעכע שטאפן צו די, וועלכע ער האט געפונען אין שפייז און זיינען אזוי לעבנס־נויטיק פארן וואוקס און וואוילשטאנד פון קער־פער, האט ער אנגערופן וויטאמינען, פון לאטיינישן ווארט „וויטא” — לעבן. פון די ערשטע קראנקהייטן, וואס מען האט איינגעזען, אז איר סיבה איז דאס אויספעלן פון וויטאמינען, איז טאקע די אויבנדערמאנטע בערי־בערי, אדער פאלינעאוריטיס. פון פאלגנדיקן מאל האט מען פיל אפ־געלערנט: אויף א שול־שיף פון יאפאנישן פלאט זיינען אלע מאטראסן

איינמאָל זייער שווער קראַנק געוואָרן אויף דער בערי־בערי. נאָך אַ גענויער אונטערזוכונג אין דער שפּייז אויפן שיף, איז מען געקומען צום אויספיר: אַז אין די אָפּגעשיילטע רייז דאַרף ליגן די סיבה פון דעם צופאַל. און שוין ביי אַ צווייטער רייזע זיינען אַלע מאַטראָסן געבליבן געזונט, שפּייזנדיק זיך מיט ניט קיין אָפּגעשיילטע רייז.

ביי די פּרימיטיווע פעלקער פלעגן וויטאַמינען אַריינגיין אין עסן, וואָס איז דאַן געווען אַ סך נאַטירלעכער, ווייניקער געבאַקן און אויסגעקאָכט און פרישער. היינטיקע אינדוסטריע צעמאָלט די קערנער אויף אַ דינינקן, ווייסן מעל, אַרויסוואַרפנדיק וויכטיקע טיילן, גלייכצייטיק רופן די לאָקנדע ריחות פון געפּרעגלטע פּעטסן שוין דווקא ניט צו פרוכט און גרינסן. דעריבער איז פאַראַן אַ מיינונג, אַז היינט צו טאָג פעלט אַלעמען אויס איינע אָדער צוויי, אָדער מער וויטאַמינען. דער פּאַסיקסטער מאָמענט אויף אַ נאָרמאַלער דערנערונג ווערט איצט אָנגעוויזן, וואָלט געדאַרפט אָנגעהויבן ווערן, ווען דער קומענדער מענטש איז נאָך אין דער „מוטערס טראַכט". דאָס קינד האָט רעכט צו פאַרזאָרגט ווערן אין זיין קומענדיקן לעבן מיט די וויטאַמינען. די פראַגע ווי צו באַזאָרגן זיך מיט אַזוינע נויטיקע סובסטאַנצן איז היינט שוין נישט אַזוי מיסטעריעז, ווייל מ'קען די נאַטירלעכע קוואַלן פון וואַנען זיי אַרויסצוקריגן.

אַן אינטערעסאַנטן פאַקט האָט מען נאָכגעשטודירט אין יאַפּאַן וועגן נידעריקן וואוקס פון דער באַפעלקערונג. דער מלוכה־אינסטיטוט פאַר פאָלקס־דערנערונג, האָט געמאַכט פאָלגנדיקע באָאַבאַכטונג: דאָס עסן אין יאַפּאָן איז אָרים אין מינעראַלן און דער וויטאַמין A. בכן איז באַשלאָסן געוואָרן צו צומישן צום טעגלעכן עסן אַזאַ פּולווער, וואָס ווערט צונויפגעשטעלט פון געטריקנטע פיש, וואָס איז רייך מיט דער באַטרעפנדיקער וויטאַמין A און מיט געוויסע מינעראַלן. די גרופּע קינדער, וועלכע זיינען געשפּייזט געוואָרן גאַנצע פיר יאָר מיט אַזאַ שפּייז, זיינען אויסגעוואַקסן מיט איניקע סענטימעטער העכער און געוואויגן צוויי קילאָגראַם מער און נישט אַזוי שנעל קראַנק געוואָרן, ווי אַנדערע קינדער, איבערוועמען מען האָט נישט דורכגעפירט דעם עקספּערימענט. דאָס

האָט דערוויזן, ווי גרויס עס קען זיין די ווירקונג פון אַ גוטער און אַנט־שפּרעכנדער צו דער עלטער פון מענטשן, דערנערונג. עס איז מסוגל צו ענדערן געוויסע ראַסן־שטריכן. מלוכה אינסטיטוטן פאַר פאָלקס־דערנע־רונג, זיינען היינט פאַראַן אין אַלע לענדער. אין אַרגענטינע שטייט בראש פון דעם אינסטיטוט פּראָפ. עסקודעראָ, וועלכער האָט פון לאַנגע יאָרן געשטודירט די פאָלקס־דערנערונג אין לאַנד. ער האָט דערוויזן, אַז אין דער זשערבאַ־מאַטע געפינט מען דעם וויטאַמין C, וועלכער קען פאַרלאָרן גיין, אויב מען זאָל איבערקאָכן די זשערבאַ. לויט די עלטסטע געוואוינהייטן ביים מאַטע־טרינקען, ווערט טאַקע נישט גענוצט קיין גע־קאָכט וואַסער. די ביז איצט אַנטדעקטע וויטאַמינען, האָט מען איינגע־טיילט לויטן „אלף־בית":

וויטאַמין A

וויטאַמין קאָמפּלעקס B

וויטאַמין C

וויטאַמין D

וויטאַמין E

דער וויטאַמין K איז דער איינציקער, וואָס דער קערפּער איז מסוגל צו פּראָדוצירן. ער פאַרמירט זיך אַליין און איז זייער וויכטיק צו שטילן אַ בלוט־שטורץ. פון דעם פאַל מיט די וויטאַמינען לערנען מיר אָפּ, ווי ווייט עס ווערט אויסגעברייטערט דער באַגריף דערנערונג, לטור־בת די פּרוכטן, גרינסן און אַנדערע מאכלים דירעקט צו אומדירעקט פון די געוויקסן.

פיל קראַנקהייטן נעמען זיך אָבער נישט פון וויניק עסן, נאָר מער אפשר פון איבערעסן זיך. ריידנדיק איבער די מאָגן־קראַנקהייטן, וועלכע זיינען זייער פאַרשפּרייט אין אַרגענטינע און די אומענדלעכע צאָל פון אָפּפירמיטלען, וועלכע מען באַנוצט, האָט איינמאָל דער פאַרשטאָרבענער פּראָפ. ליליאַ פון טוקומאַנער אוניווערזיטעט געגעבן אַזאַ מיינונג: די אינדיאַנער, דאָס זיינען פעלקער, וועלכע ווייסן נישט פון תעניתים, איצט

לייגט צו די פאַרשיידענע מאָדערנע מיטלען, וועלכע האַלטן אין אייך אָב־רעגן דעם אַפּעטיט, דאַן באַקומט זיך די סיבה, וואָס טרייבט צו זוכן אַפּפירמיטלען און גלאַט רפואות צו שטילן די ליידן אין מאָגן און איך די געדערים. קאָנסערווירטע פליישן און פיש, געטראַנקען מיט צערטלע־כע און הייליקע נעמען א. א. אזוי ווערט אַ פשוט ווייס נישט־דערבאַקן ברויט אָנגערופן מיטן נאָמען „גאָטס ברויט", אַ צווייפלהאַפטער ווייַן „גאָטס וויין" דאָס אַלץ האַלטן אין אַ קראַנקן צושטאַנד אַ גרויסן טייל פון פשוטן פאָלק. הגם אַ גרויסע אַרמיי פון אינספּעקטאָרן באַמיען זיך צו כאַפּן די פאַרשיידענע פאַלסיפיקאַציעס אין די שפּייַזן און אין די גע־טראַנקען.

גרויסע אויפגאַבן פון קאָנטראָל ליגן אויפן מלוכהשן אינסטיטוט פאַר דערנערונג צו אָריענטירן אין די אַנטשפּרעכנדיקע דערנערונגס־מיט־לען. אין יעדן לאַנד ווערן מיט דער צייט אייַנגעפירט נייַע שפּייַזן. אַ דאַנק די בעסערע קאָמוניקאַציע־מיטלען און אָנגעשטרענגטע אויספאָר־שונגען, קומען צו נייַע געוויקסן אין יעדן לאַנד און דורך די זעלבע נייַע שפּייַזן. אַזוי איז געווען דער פאַל מיט קאַרטאָפל, וואָס שטאַמט אַליין פון זיד־אַמעריקע און האָט דורכגעמאַכט אַ קוריאָזע געשיכטע אין די איי־ראָפּעאישע לענדער, ביז עס האָט דערגרייכט צו ווערן דער הויפּט־שפּייַז און באַליבטסטער עסן. עסבאַר אין דער געוויקס איז בלויז דער אונטער־ערדישער קנויל. די אויבערשטע טיילן זייַנען גיפטיק. כאָטש עס שטאַמט אַליין פון זיד־אַמעריקע, האָט קאַרטאָפל זיך גוט אַרייַנגעפּאַסט אין די באַדינגונגען פון אַלע לענדער.

נאָך אַ ספּעציעלע מעלה האָט קאַרטאָפל: די קנוילן קאָנסערווירן זיך גוט און ווערן נים אַזוי שנעל פאַרפוילט. דער טאָמאַט, אָדער פּאָמידאָר מיט זייַנע געשמאַקע זאַפטיקע פרוכטן, וועלכע ווערן געגעסן רויערהייט שטאַמט אויך פון זיד־אַמעריקע. דער טאָמאַט ווערט רעקאָמענדירט אַלס אומאָפּשאַצבאַרער קוואַל פון וויטאַמינען. דעם מאַיס האָבן די אינקאַס אין פּערו געפלאַנצט שוין פון גאָר, גאָר אַלטע צייטן. הייַנט איז אַרגענ־טינע פון די לענדער, וועלכע פּראָדוצירן און עקספּאָרטירן אַממערסטן דעם מאַיס.

חנא גארבער

עמיגרירן אליין, אדער מיט דער הילף פון מענטשן און פייגל, איז ביי די געוויקסן א געשעענער פאקט. און דאס געשעט ניט נאר מיט די עסבארע, נאר אויך מיט געוויקסן צו נארקאטישע און שכרות געטראנקען און מיט די וועלכע דינען צו פארשענערן שטאט־פלעצער, וועגן און גאסן. אזוי טרעפן מיר דעם כינע־בוים פון דער הויכער אנדן־געגנט אין די האלענדישע קאלאניעס אין אזיע, דער טאבאק פון אמעריקע אין טערקיי, קאפע און טיי און נאך אנדערע וועלכע ווערן א קוואל פון שפע, ניט אין זייערע אפשטאם־לענדער, נאר אין די איינגעוואנדערטע ערטער. מיט פיל קרבנות איז אפטמאל פארבונדן דאס איבערפלאנצן פון איין פלאץ אויף א צווייטן געוויסע פלאנצן. פיל מי און וויסן האט געקאסט דער פאל מיטן כינע־בוים און אנדערע.

גיפטיקע און עסבארע געוויקסן זיינען קעגנגעזעצטע פרינציפן. נאכמער איז מיט די גיפטיקע און עסבארע טיילן וועלכע שטייען אפט אין נאענטער באריר ונג און אויף דער זעלבער פלאנץ. דאך איז אויסגעפונען געווארן דאס נויטיקסטע פארן מענטשן: די דערנערונג, וועלכע ווערט היינט צו טאג אויסגעטייטשט אויפן פאלגנדן אופן: דאס זיינען יענע אלע סובסטאנצן, וועלכע אריינקומענדיק אין קערפער, ווערן זיי א טייל פון אים און קענען געבן די נויטיקע ווארעמקייט און פארלייכטערן דעם נארמאלן גאנג זיינעם.

שוועמלעך און וויטאמינען, מיקראבן און וואסערוואוקסן, די איינפאכסטע צווישן די שטומע גרינע שכנים אונזערע, זיינען דערהויבן געווארן אויפן העכסטן ראנג אין די באציאונגען מיטן מענטשנס לעבן. מחוץ פון אונז ליגט א וואונדערלעכער קוואל פון ענערגיע און אים אויסנוצן, איז מען אוועק נאך פיל יארן פון ליידן און קאמף.

ז ע ק ס ט ע ר .ק אַ פּ י ט ל

פלאַנצן מיט בלומען

ביי מענטשן און חיות איז לייכט צו באַמערקן די באַזונדערע אָר־גאַנען, וואָס פירן דורך, יעדער אויף זיין שטייגער, אַן אָנגעצייכנטע אַר־בעט. בלויז ביי די העכער־אַנטוויקלטע געוויקסן, וועלכע פאַרדעקן, אגב אורחא, אין אונזער צייט, דעם ווייט־גרעסטן שטח ערד, קען מען באַ־מערקן פאָלגנדע אָרגאַנען: די וואָרצלען, דעם שטאָם, די בלעטער און די בלום.

די בלום, דאָס איז דער רעפּראָדוקציע־אָרגאַן. אין איר ליגן פאַר־באַהאַלטן יענע איידעלע טיילן, וואָס דאַרפן פאַרזיכערן דעם ווייטערדיקן קיום פון יעדער פאַמיליע. עס איז דעריבער ניט קיין וואונדער, וואָס די נאַטור האָט באַשאָנקען מיט אַזויפיל מעלות אָט דעם וויכטיקן חלק פון די באַשיידענע און שטומע געוויקסן.

זעלטן־שיין צוזאַמענגעזעצטע פאַרבן, וואָס רופן צו זיך אונזער אויג, אַ צוציענדער זאַפט און האָניק און וואוילשמעקעדיקע ריחות, וואָס דערגייען צו די טיפסטע צעלן פון אונזערע חושים.

פאַרשיידן זיינען די פאַרבן, נאָכמער די ריחות און אויך די גרויס פון די בלומען.

אונטער די גינסטיקע באַדינגונגען פון די וואַרעמע לענדער, ווי אין אינדיע און אויסטראַליע, מיט די אינזלען ארום, אין אַפריקע, נאָרד,

חנא גארבער

צענטראַל און זיד־אַמעריקע, האָט מען געפונען בלומען זייער גרויסע. אויפן סומאַטראַ אינזל לעבט אַ פּאַראַזיטיש געוויקס וועמעס בלום איז מעגלעך דאָס גרעסטע וואונדער: גרויס ווי אַ ראָדער טיש און וועגט ביז 8 קילאָגראַם. אַזעלכע גרויסע און שווערע בלומען רוען ניט אויף די צווייגן, זיי אַנטוויקלען זיך טאַקע אויפן באָדן.

אָבער ניט די גרויסע גיגאַנטישע בלומען האָבן אַזוי גערופן די אויפמערקזאַמקייט און באַוואונדערונג פון מענטשן. נאָך אַלעמען זיינען זיי אויסנאַמען אין דער היינטיקער נאַטור־סביבה, ווערן זייער שנעל פאַרוועלקט. אָפט דויערט זייער לעבן עטלעכע שעה און באַזיצן אַ שרעקלעך־אָפּשטויסנדן ריח, ווי פון צעפוילטע פלייש הן ביים עפענען זיך און נאָכמער ביים אָפּשטאַרבן.

באַגייסטערט ווערט דער מענטש פון די קלענערע בלומען. זיי זיינען אַריינגעפירט געוואָרן אין די אינטימסטע מענטשלעכע אָנגעלעגנהייטן און אויך, צוגעשריבן האָט מען זיי, אַ ריי טוגנטן, ווי באַשיידנקייט די פיילעכלעך און ליבע — די רויזן, און אַזוי ווייטער.

מער מזל צווישן אַלע האָבן די רויזן. אין אַלע צייטן, ביי אַלע פעלקער און אויף אַלע לשונות מיט וועלכע דער מין מענטש איז באַגאָבט געוואָרן, האָבן רויזן געפונען אַן אָפּקלאַנג. די רייכע פאַנטאַזיעס האָבן אויסגעוועבט לעגענדעס וועגן אורשפּרונג פון די פּרעכטיקע קאָלירן ביי בלומען. אַזוי ווערט דערציילט אין איינער אַ לעגענדע פון די מזרח־לענדער, אַז די ערשטע רויזן וועלכע זיינען אויסגעוואַקסן, האָבן געהאַט איין קאָליר: ווייס; ווייס און קלאָר ווי אַן ערשט־אַראָפּגעפאַלענער שניי האָבן זיי זיך אויסגעטיילט צווישן אַלע בלומען אין דער סביבה. איינמאָל איז אויף יענעם אָרט פאַרבייגעפלויגן אַ נאַכטיגאַל און דערזען דעם ווייסן רויזן־קוסט אין זיין גאַנצן פּראַכט. איז ער גלייך צוגעפלויגן און זיך צוגעדריקט צו די בלומען, אין גרויס התפעלות האָט ער ניט געפילט ווי די נאָדלען האָבן זיין ברוסט אָנגעשטאָכן און עס האָט אָנגעהויבן אַרויסשטראָמען וואַרעם בלוט, פאַרשפּריצנדיק דעם גאַנצן אַרום. די היינטיקע רויטע רויזן שטאַמען אָפּ פון יענעם מיט בלוט־באַפאַרבטן רויזן־קוסט.

מענטשן, פלאַנצן און רפואות

דער געזונטער מענטש האָט יאָר איין, יאָר אויס, און ווי ביי אַנ־דערע פלאַנצן, וועלכע האָבן בלומען בלויז איינמאָל אין צענדליקער יאָר, צוגעקוקט דאָס בליען. דאָס בליען און דאָס אָפּבליען — באַגייסטערונג און קומער האָבן זיין האַרץ אָנגעפילט. דיכטער האָבן אָט די טיפע איי־בערלעבונגען אין פערזן אַרויסגעבראַכט און, אין איינעם אזא ליד דער־ציילט זיך:

דער קעניג פון לאַנד פון די זשעניען האָט אַ רייך־פאַרפלאַנצטן גאָרטן געהאַט. האָט ער געלאָזט צייטיק ווערן אַלע רויזן־קוסטן און דער־נאָך עס אוועקגעשאָנקען דער קעניגין פון צוויבער־לאַנד. זייער צופרידן מיטן געשאַנק, איז די קעניגן אַריין אין גאָרטן און געוואָלט געניסן פון די אנגענעמע ריחות. ווי גרויס איז אָבער געווען די דערשטוינונג פון דער קעניגין, ווען זי האָט געזען, ווי שנעל די בלומען ווערן פאַרוועלקט. פול מיט טרויער האָט זי אויסגערופן: איז דען קעניג, דו מייסטער פון כישוף־קונסט ניט פאַראַן אַ מיטל ביי דיר, זיי צו לאָזן אייביק פריש און יונג? זעסטו ניט ווי שרעקלעך־טרויעריק עס איז, אז ווען איך קוש זיי, פילט זיך שוין דער טויט אַרום? און זי האָט באַקומען אַן ענטפער: ניט כדאי זיך צו קימערן איבער דעם, ווייל אין לאָגלען קען מען אויס־באַהאַלטן די עסענץ פון די אָפּשטאַרבנדע רויזן און צו יעדער מאָמענט מיט מיין שמעקעדיקן גאָרטן זיך דערקוויקן, פונקט ווי אין ביכער, ליגט גרייט פאַרן מענטשן דער גייסט פון זשעני.

צו די פעלקער, וועלכע באַוואוינען היינט צו טאָג אייראָפּע איז די קונסט צו אַרויסקריגן און באַנוצן די פאַרשיידענע עסענצן אַריבערגעקו־מען בירושה פון די אָריענטאַלע לענדער און אויפן ערשטן פּלאַץ פון אַלטן מצרים. דאָרט האָט מען עס באַנוצט פון גאָר, גאָר אַלטע צייטן. איילן און בלומען אָנגעשטעקטע אין די קאָפּ־האָר פלעגן אַריינגיין אַלס פאַרשענערונגס־מיטל, און אויך אַלס אָנרעגונגס־מיטל צום סעקסועלן געפיל, ווי די וואַניליע־עסענץ.

פּאַלעסטינע האָט אין אַלטערטום געשמט ווי אַ לאַנד פון בלומען. אין שיר השירים געפינען מיר אויסגערעכנט אַ צענדליק פון זיי, ווי די

נאַרדן, ליליען, רויזן און עפּל־בלומען, וועלכע זיינען געוואַקסן אַרום ירושלים און פלעגן אָפּגעקליבן ווערן צום קטרת סמים.

אָבער פון דער מאָדערנער פּאַרפיום־אינדוסטריע ביז דער אַמאָלי־קער, איז ווי פאַרשטענדלעך, גאָר אַ גרויסער מהלך. אין יענע צייטן פלעגן אויסגעשפּרייט ווערן אויף די פּאָדלאָגעס ערשט אָפּגעשניטענע בלומען און איילן פלעגן געשמירט ווערן אויף אָנגעשוויצטע לייבער. אזא אופן פון באַנוצן די דעליקאַטע אַראָמאַטישע שטאָפן פלעגן זיך ענ־דיקן, גראָד מיט אָפּשטויסנדע ריחות.

היינט ווערט די גרעסטע אַכט געלייגט אויף ריכטיק צוזאַמענ־שמעלצן די פאַרשיידענע עסענצן, בכדי צו שאַפן פאַרן חוש הריח דאָס וואָס מען רופט אָן „בוקעט" פונקט ווי פאַרן אויג — אַ קינסטלעריש בילד.

רויזן־עסענץ. Esencia de rosas

די רויזן־עסענץ איז באַקאַנט פון די עלטסטע צייטן אַלס די אַנגענעמסטע פאַר אונזער חוש־הריח. מער ווי אומעטום ווערן רויזן געפלאַנצט אין בולגאַריע, פראַנק־רייך און טערקיי. אין דייטשלאַנד פלעגט מער ווי אומעטום פאַבריצירט ווערן אַרטיפיציעלע עסענצן.

פון 5 טויזנט קילאָ בלומען קען מען מיט די מאָדערנסטע מיטלען עקסטראַהירן 1 (איין) קילאָ רויזן־עסענץ. אין דעם פאַל ווערט אָנגעווענ־דעט דער דעסטילאַציע־מעטאָד. אויפן פרימאָרגן ווען די רויזן זיינען נאָך מיט טוי באַדעקט און ניט צעעפנט ווערן זיי אָפּגעשניטן און פון די פעלדער דירעקט צו די פאַבריקן געפירט. פון די קערב ווערן זיי אַריינ־געשאָטן אין קעסלען מיט וואַסער און עס הייבט זיך אָן די דעמפונג. די פּאַרע שלעפּט אַוועק מיט זיך די עסענץ דורך קאַנאַלן, וואו אַלץ ווערט אָפּגעקילט. דאָרט טיילט זיך אָפּ די פּאַרע אַלס וואַסער און די אמתע, ריינע רויזן־עסענץ הייבט אָן צו קריסטאַליזירן. אין די גאָר ביליקע פּאַרפיומען און אין זייף ווערט כמעט שטענדיק אַריינגעגעבן די אַרטי־פיציעלע רויזן־עסענץ.

ניט אַלע עסענצן קענען עקסטראַהירט ווערן דורך דעסטילאַציע, אויפן פריער באַשריבענעם אופן. אַנדערע מעטאָדן ווערן אָנגעווענדט צו יענע, וועלכע פאַרליידן ניט אַ וואַסער־צומישונג, אָדער די טעמפּעראַטור פון פייער. אין אַזוינע פאַלן ווערן די בלומען געפּרעסט און אַזוי אַרום טריפט אויס דער אייל, אָדער מען לאָזט זיי אין אַלקאָהאָל, עטער און גלאַט פעטס־סובסטאַנצן, וואָס זאַפּן איין דעם אייל.

אַניס־עסענץ. Esencia de anís

דורך דעסטילאַציע ווערט אויך עקסטראַהירט די אַניס־עסענץ, איבערהויפּט ווערט צו דעם באַנוצט דער שטערן־אַניס, וועלכער וואַקסט פיל אין כינע און אין די אַרומיקע לענדער. דאָרט איז דער שטערן־אַניס זייער באַליבט. פון דער פראַנצויזישער אינדאָכינע פלעגן אויך עקספּאָרטירט ווערן גרויסע סכו־מים. ביי אַ נידעריקער טעמפּעראַטור ווערט די אַניס־עסענץ ווי פאַר־פרוירן, זי קריסטאַליזירט. דער אַלטער כינעזישער דעסטילאַציע־מעטאָד איז זייער פּרימיטיוו, מען פאַרלירט גלייכצייטיק דערביי צייט, פיל מי און די עסענץ קומט ניט אַרויס ריין. אין די אַפּטייקן ווערט זי אַ סך באַנוצט צו געבן אַ בעסערן ריח און ביי־טעם אין די פּרעפּאַראַטן. מער אָבער, ווי צו רפואות, ווערט זי פאַרטאָן צו שיכרות־געטראַנקען.

זענעפט־עסענץ. Esencia de mostaza

דער זענעפט איז פאַרשפּרייט אין אַלע לענדער. ווען די שוואַרצע זאָמען ווערן אויסגעטריקנט און דין צומאָלן באַקומען מיר דעם זענעפט־מעל. בלויז ביי אַ פאַרמישונג מיט וואַסער, ניט הייסער ווי 40 גראַד, קומט אַרויס די זע־נעפט־עסענץ. זי באַזיצט אַ שטאַרק־בייסיקן גערוך און ווירקט שלעכט אויף דער ראיה, אַרויסרופנדיק אַ זייער שעדלעכן צופלוס פון טרערן. אין צו דעם צוגעפּאַסטע קאַפּסלען־טרערן־באָמבעס — ווערט די עסענץ באַ־נוצט אין קריג און פון פּאָליציי. אום אויסמיידן דעם שעדלעכן עפעקט פון דעם גאַז מוז מען טראָגן גאַז־מאַסקעס. אין די אַפּטייקן ווערט די עסענץ זייער זעלטן באַנוצט. בלויז אין געוויסע פאַלן אַלס פענזל־שמי־רעכץ און אין פּאָמאַדעס.

ח נ א ג א ר ב ע ר

סאַנדל־עסענץ

סאַנדל־עסענץ.
Esencia de Sándalo

דער סאַנדל־בוים וואַקסט אין אינדיע און פון דאָרט פלעגט אויך געבראַכט ווערן די סאַנדל־עסענץ אין די אַראַבישע לענדער. קיין אייראָפּע אָבער פלעגט שוין די עסענץ אָנקומען אין גאָר שלעכטע באַדינגונגען, דעריבער האָט מען גענומען אימפּאָרטירן דאָס האָלץ און אין אייראָפּעאישע אינדוסטריע צענטערס אַרויספּרעסן די עסענץ. אויפן אינזל ציילאָן פלעגט מען מתים מיט דעם באַלזאַמירן און אין אינדיע און אייניקע נאָענטע כינעזישע פּראָווינצן ווערט סאַנדל־האָלץ באַנוצט אַלס קטורת פאַר די געטער און אויך צו אויסשניצן אָפּבילדער, ווי דער רבי פלעגט טייטשן.

די מאָדערנע מעדיצין באַנוצט די עסענץ קעגן טריפּער, און אויך אַלס אַנטיסעפּטיק צום גאַנצן השתנה־אַפּאַראַט.

אין די אַפּטייקן פאַרקויפט מען די סאַנדל־עסענץ אין זשעלאַטין־קאַפּסלען, בכדי עס זאָל לייכטער זיין צו אַראָפּשלינגען.

:: :: ::

איינמאָל פאַרענדיקט דאָס שימערירן מיט טויזנטער קאָלירן, אויס־געלאָזן דער קוואַל פון ריחות בלייבן די פּרוכטן. זיי באַזיצן זייער נאַר־האַפטע שטאָפן. די נאַטור פאַרזאָרגט אַזוי אַרום מיט א „צידה לדרך“ דעם זאָמען, וועלכער ליגט דאָרט פאַרבאַהאַלטן, ביז ער וועט ערגעצוואו זיך דערשלאָגן און קענען אָנהויבן וואַקסן.

שטאַרק פאַרשיידן איז אָבער דער טעם פון א פּרוכט און דער טעם פון דעם זעלבן צווייג אויף וועלכן עס הענגט אָדער פון שטאַם אָדער וואָרצל פון וועלכן עס איז אַרויסגעוואַקסן.

אין פּרשה בראשית י״ב ברענגט אַרויס רש״י, אַז די ערד איז פאַר־שאָלטן געוואָרן, ווייל זי האָט אַרויסגעבראַכט די פּירות, ניט מיט דעם זעלבן טעם, ווי די בוימער, אויף וועלכע זיי וואַקסן. פאַר דער עברה איז זי, די ערד, פאַרשאָלטן געוואָרן מיט אינזעקטן, ווערים און אַנדערע טויזנ־

טער קאַלטבלוטיקע פּאַראַזיטן. וואָס וואָלט אָבער געשען מיט דער גאַנ־צער פלאַנצן־וועלט, ווען די איבעריקע טיילן פון יעדער געוויקס וואָלטן געווען אַזוי באַטעמט, ווי די פּרוכטן?

ווען נישט דער הויכער שטאַם, די שטעכיקע נאָדלען, די האַרטע קאָרע און ספּעציעל דער אונטערשייד אין טעם וואָס וואָלט געבליבן פון די בליענדע פלאַנצן?

מוראַשקעס און ווערים, ציגן און חזרים, היישעריקן און שוועמלעך, מיקראָבן און פּופּעס פון אַנדערע מיליאָנען מיקראָסקאָפּישע וועזנס, לוי־ערן דאָך אָן אויפהער אויף זייער עקזיסטענץ. און אומבאַוועגלעך שטייען די געוויקסן, ניט אַוועקצופליען, ניט אַוועקצולויפן, ניט אַוועקצוקריכן, ניט אין וואַסער זיך אָפּצוטונקען, בכדי צו אויסמיידן דעם מבול פון די שרצים.

רש״י דריקט אויס אין דעם פאַל אַ גאַר אַלטערטימלעכע און גלייכ־צייטיק נאָך היינטצייטיקע מיינונג וועגן די אינזעקטן און אַנדערע קאַלט־בלוטיקע וועזנס און די געפאַר וואָס זיי שטעלן פאַר אין באַצוג צו דער איבעריקער לעבעדיקער וועלט. דער היישעריק און די לויז, צוויי פון די צען מכות אויף פּרעהן, ווערן נאָך היינט צו טאָג געהאַלטן פאַר אַ קללה.

אפילו אין די קאַלטע פּאָלאַר־לענדער שוויבלט און גריבלט פון אינ־זעקטן. אַזוי באַשרייבט דער פּאָלאַר־רייזנדער נאַנסען, אַז ער איז פיל מאָל באַפאַלן געוואָרן פון כמארעס מוקן. די פּאַראַזיטן האָבן ווי פאַר־טיילט זיך מיט דער פאַרניכטונגס־אַרבעט. ווער צום וואָרצל, ווער צום שטאַם און ווער צו די צאַרטע בלומען. אין אַ סך הינזיכטן זיינען דאָך די פלאַנצן געגליכן צום מענטשן: שוואַך ביים געבורט, גאָרניט צו פאַר־גלייכן ווי די גרויסע מערהייט אינזעקטן און חיות, וועלכע קומען אויף דער וועלט „באַקליידט און באַנייט״, שוין גרייט צו קלעטערן, בייסן און אפילו מיט סם באַזאָרגט, ווי עס געשעט מיט ערשט־אויסגעפּיקטע שלאַנגען.

זייער שוואַך, אַבסאָלוט אומדערטרעגלעך וואָלט געווען די לאַגע פון אונזערע גרינע פריינט, ווען ניט די פייגל. מיליאָנען שנאָבלען, אָנ־

חנא גארבער

געטריבן פון פוסטע מאָגנס, שטייען גרייט אין איין הרף עין צו דער־שלינגען. באַשאַנקען מיט אַ מערקווירדיקער ראיה און מיט אַ שנעלקייט פון אַ פייל קומט ער אָן דער מלאך הגואל. אַפילו די ווייט־ווייט אַפּגע־פלויגענע פייגל, די וואָס האָבן זיך געפונען אָפּגעשניטן מיט ימים און קאָנטינענטן קומען אָן פונקט, ווען זייער הילף איז לעבנס־נויטיק.

קלאַפּט דער פיקהאַלץ מיט זיין מעכטיקן שנאָבל און זוכט אויס די ווערעמלעך פון אונטער דער קאָרע; די הון, זי שלינגט די ווערים וועלכע זי גראַבלט אַרויס פון דער ערד אַרום די וואָרצלען און עס פּלאַטערט אָן אויפהער דאָס קלענסטע פייגעלע אין דער נאַטור, דער קאָליברי, אויסזוכנדיק מיט זיין לאַנגן און איידעלן שנאָבעלע די אומפּליי אַרום די בלומען.

אַזוי זיפּן דורך די פייגל, אַ בלאַט נאָך אַ בלאַט, אַ צווייג נאָך אַ צווייג און פירן דעם קאַמף קעגן די שרצים.

דער מענטש איז פון די עלטסטע צייטן אָן ניט געבליבן ווי אַ רו־איקער צושויער און געוואַרט אויפן רעזולטאַט פון אָט דעם געראַנגל. ער האָט זיך אַריינגעמישט און צום גונסטן דער פלאַנצן־וועלט.

אַריינגעמישט האָט ער זיך אָבער ניט גלאַט צו פאַרניכטן אָדער פולשטענדיק אָפּטרייבן די אומצאָליקע ברואים וואָס קומען אין קאָנ־טאַקט מיט די בליענדע געוויקסן. צווישן זיי געפינט מען דאָך אומבאַ־דינגט נויטיקע פאַרמיטלער אין דער פאַרמירונג פון די פלאַנצן. (איין בין שטאַט אַפּ אַ וויזיט אויף צוואַנציק בלומען אין איין מינוט און טראָגט אַזוי אַרום דעם באַפרוכפערנדיקן שטויב פון איין בלום צו אַ צווייטער בלום).

פאַרהוילן ליגט דאָך נאָך פאַרן מענטשלעכן שכל דער ריכטיקער זין פון אָט דער ברוינזנדער וועלט!

בכדי צו באַרייכערן אונזער ווימן בכלל און צו אויסגעפינען יענע מיטלען, וועלכע זאָלן באַגינציקן אַ נאָרמאַלן לעבן פון די געוויקסן האָט מען געשאַפן אַגריקולטור־סטאַנציעס, באָטאַנישע גערטנער און פּאַרקן.

ז י ב ע ט ע ר   ק אַ פּ י ט ל

פּאַרקן, באָטאַנישע גערטנער און הערבאַרן

בכדי צו קענען אויסנוצן די שפע זון-ענערגיע, וואָס ליגט אַזוי נאָענט און דוכט זיך אומגעשטערט, האָט דער מענטש געמוזט פאַרטיפן זיין וויסן און צונויפנעמען אין איין גאַנצעס די פאַרשיידנאַרטיקע קענטענישן; האָבן צום האַנט און אין אַ קינסטלעכער פון אים געשאַפענער סביבה אַ גרויסע צאָל פלאַנצן, איז געוואָרן דער געבאָט פון דער צייט. וויפל אומבאַשרייבלעכע אָנשטרענגונגען עס האָט געקאָסט ביז מען האָט אויסגעפונען די ריכטיקע קינסטלעכע שפייז פאַר פאַרשיידענע קלאַסן מיקראָבן. האַלטנדיק זיי אין לעבעדיקן צושטאַנד, בכדי צו קענען מאַכן עקספּערימענטן, האָט דאָך געגעבן דעם גינסטיקן רעזולטאַט, אַנטדעקנדיק דעם פריער דערמאָנטן פעניסילין.

פּראָפעסאָר פלעמינג האָט באַמערקט, אַז ווען אַ געוויסער שימל הויבט זיך אָן צו אַנטוויקלען אין אַ קולטיוו פון מיקראָבן, קענען די שעדלעכע ברואימלעך ווייטער ניט פאַרזעצן אין דער זעלבער סביבה. שווערער איז מיט די „ליליפּוטן" צווישן די מיקראָבן, מיט די „ווירוסן", וועלכע ברענגען די קלעפּיקסטע קראַנקהייטן. זיי זיינען נאָך אַפילו מיט די פיינסטע מיקראָסקאָפּן נישט געזען געוואָרן. און מחוץ פון קראַנקן קערפּער, האָט זיך נישט איינגעגעבן זיי צו האָדעווען און ווערן געשטודירט אָנשטעקנדיק איין חיהלע נאָך דער אַנדערער און אַזוי ווייטער. צוזאָגנד זיינען די גאָר לעצטע עקספּערימענטן מיט ווירוסן פון מאָזלען, וועלכע באַשטייען אין אָנשטעקן דאָס איי-געלכל פאַרן אויספּיקן זיך. מיט

„ווירוסן" פון מאַזלען. זייער שווער און פּאַמעלעך איז אַנגעקומען דאָס ביסל וויסן וועגן די געוויקסן פון ערשטן טייל — די וואָס בליען נישט. דאַקעגן איז אָבער אויך, פון נישט קלענערער וויכטיקייט, וואָס מער ידיעות צו באַקומען וועגן יענע פּלאַנצן וואָס האָבן וואָרצלען, שטאַמען, בלעטער און בלומען, דאָס הייסט די וועלכע בליען. מען זעט זיי אָן אינ־סטרומענטן, וועלכע העלפן אַרויס די ראיה. די זאָמען מיטן האַנט צו דער־פילן און איבערהויפּט, ווייל פון אָט דער צווייטער טייל פון די בליענ־דיקע געוויקסן, קומען אַרויס הויפּטזעכלעך די דערנערונגס־מיטלען און די מערהייט פון רפואות. אין אונזער צייט פאַרנעמען די בליענדיקע גע־וויקסן דעם אויבן־אָן און פאַרדעקן דעם גרעסטן טייל פון אונזער פּלאַ־נעט הן אין ווילדן צושטאַנד, הן אין קולטיווירטן, צוליב די פאַרשיידנסטע צוועקן. אַזוי ווערן פאַרנומען גרויסע שטחים מיט תבואות, ווי ווייץ, קאָרן, גערשטן און האָבער; אַנדערע רעזערווירט אַלס פּאַשע פאַר בהמות; אויך טעקסטיל פּלאַנצן, פאַר דער הייל־אינדוסטריע, צוקער אינדוסטריע, צו פלעכטן קערב, צו אַלקאָהאָל און פאַרבערייי, אַלס אָרנאַמענט און פּאַר־פום אינדוסטריע, אינזעקטיזידן, נאַרקאָטישע און לסוף, די אָפּיצינעלע, דאָס הייסט די וואָס דינען צו מאַכן פון זיי רפואות. די ידיעות זיינען געוואָקסן מיט דער אַנטוויקלונג פון ערד־אַרבעט. אָנהויבנדיק פון דער קוואַליטעט פון באָדן און די געאָגראַפישע לאַגע, בנוגע טייכן, אַזיערעס און טראַנספּאָרט־מיטלען ביז דער ריכטיקער אָפּקלייבונג פון די זאָמען, פאַרהיטונג פון פּאַראַזיטן און ספּעציעל פאַר די מעדיצינישע פּלאַנצן גאָר אַנדערע ידיעות. דאָ דאַרף מען אין זינען האָבן יענע יאָר־צייטן, ווען דער וואָרצל, שטענגל, בלאַט און פרוכט איז מער אָנגעלאָדן מיט די געזוכטע סמען. אַזוי איז צום ביישפּיל מיט די וואָרצלען פון בעלאַדאָנע, וואָס על־טער די פּלאַנץ אַלץ רייכער אין סם. אין אַנדערע פאַלן דאַרף די פרוכט אָפּגעשניטן ווערן, איידער זי ווערט צייטיק. די טויזנט און איין פּראָב־לעם, וועלכע קומען אויף האָבן געפירט צו שאַפן די אַזוי גערופענע אַג־ריקולטור־סטאַנציעס, וואָס האָבן אין זינען איבערהויפּט פּראַקטישע פראַגן פון ערד־אַרבעט. אין די גאָר גרויסע שטעט טרעפט מען באָטאַנישע גערטנער, ליידער זיינען די זעלבע באַגרענעצט אין פּלאַץ אין די שטעט,

מענטשן, פלאַנצן און רפואות

אויף אויסצופילן אַזאַ טיף־טעאַרעטישע שליחות, ווי ווייזן דעם סדר אין דער פלאַנצן־וועלט.

אין בוענאָס איירעסער באָטאַנישן גאָרטן, וועלכער ווערט פאַררעכנט אַלס איינער פון די בעסטע באָטאַנישע גערטנער אין דער וועלט, אויפן נאָמען פון זיין ערשטן דירעקטאָר טאַיס, זיינען איבערגעלאָזט ווינקעלעך געווידמעט די כאַראַקטעריסטישע פלאַנצן פון יעדער אַרגענטינער פּראָווינץ. די אידייע צו שאַפן אַ באָטאַנישן גאָרטן אין אַרגענטינע, שטאַמט פון ריוואַדאַוויאַס ציטן. ווען דער פּראָיעקט איז מיט איבער פופציק יאָר שפּעטער צוגעשטעלט געוואָרן אין דעפּוטאַטן־קאַמער, איז ער אָפּגעוואָרפן געוואָרן. ערשט ביים שוועל פון צוואַנציקסטן יאָרהונדערט איז בוענאָס איירעס מזכה געוואָרן מיט אַזאַ גאָרטן, אַ דאַנק די אָנשטרענגונגען פון דעם זעלבן טאַיס. זייט ביי זייט מיטן זאָאָלאָגישן גאָרטן ליגט ער אַרומגערינגלט מיט רוישיקע גאַסן. טויזנטער פלאַנצן זעט מען אויסגעטיילט לויט אַרט און פאַמיליע, מיט אַ ברעטל און עטיקעט, וואו עס געפינט זיך דער נאָמען אין שפּאַניש און לאַטיין. אין מיטן איז פאַראַן אַ לאַבאָראַטאָריע צו שטודירן דעם גאַנג פון גאַנצן פאַרמעג. די קראַנקהייטן פון געוויקסן און די צופּאַסונג פון די עקזאָטישע צו אונזערע באַדינגונגען, אַ ביסל וואַסער־געוויקסן און אַ „וויוועראָ" מיט גלעזערנע ווענט און אַ דאַך צו האָדעווען די זעלטענע עקזעמפּליאַרן, וואָס פאַרטראָגן נישט אונזער קלימאַט.

אין באָטאַנישן גאָרטן פון מאָקטעזומאַ אין מעקסיקע, איז אַזוי גרינטלעך פאַרפלאַנצט געוואָרן די אָפּטיילונג פון מעדיצינישע געוויקסן, אַז עס געפינט זיך דאָרט אַלץ וואָס מען נוצט צו רפואות. דעם קאַנפערבוים, דעם יאַפּאַנישן ריז, האָט מען אין אייראָפּע געקענט זען אין באָטאַנישן גאָרטן אין אַמסטערדאַם. אויסערדעם האָט נאָך אַ מעלה אַזאַ גאָרטן: אין דער גרויסער שטאָט דינט ער אַלס שפּאַציר און אָפּרו־פּלאַץ. און גאָר אַ באַזונדערע שליחות פירט ער אויס פאַר די סימפּאַטישע און וואונדערלעכע פויגל. וואָס אַ טאָג עס גייט אַוועק, ווערן נייע שטחים וואַלד און פעלד איבערגעאַרבעט, מיט הייזער און פאַבריקן פאַרבויט. די

חנא גארבער

מאָדערנע שנייד־מאַשינען ווייסן נישט פון שכיחה און פאה. וואו זאָלן זיך דאַן אהינטאָן די טויזנטער פויגל? שוין נישט בלויז זייערע לידער צו זינגען, נאָר פשוט, וואו זאָלן זיי דעם קאָפּ אָנשפּאַרן? איז טאַקע אַזא גאָרטן אַ מקום מקלט פאַר די וואונדערלעכע פליער. אויך דאָ קען זיך נישט דערלויבן דער יעגערישער אינסטינקט אויף צו פארניכטן קאַלט־בלוטיק און בייזוויליק. אַ קליינע צאָל פויגל האַלט מען נאָך געפאַנגען צוליב די פאַרשיידנסטע מאָטיוון, וואָס זאָלן טון יענע פויגל וועמענס נוצלעכקייט דער מענטש קען נישט אויפפאַסן? אַזוי אַרום איז זייער יושר־דיק צו שאַפן אַזוינע גערטנער.

פאָלגנדער אינטערעסאַנטער פאַל קומט פאָר אין בוענאָס איירעס און עס באַווייזט אַז פיל אַרטן פון פויגל, וועלכע מען קען שוין נישט גע־פינען אין דער פראָווינץ אפילו, קערן זיך אום, ווען זיי טרעפן גוטע באַ־דינגונגען. די הויפּטשטאָט פאַרבויט זיך וואָס אַ טאָג אַלץ מער אין דער לענג און אין דער ברייט. אַ שטיק באָדן איז איבערגעלאָזן געוואָרן נעבן גרויסן לאַ פּלאַטאַ טייך, נאָכדעם ווי עס איז איבערגעבויט געוואָרן דער פּאָרט. אויף דעם באָדן, וועלכער איז געבליבן פאַרוואָרלאָזט האָט זיך אויסגעבילדעט אַן אַזיערע, וואָס כאַפּט אַרום אַ שטח פון 48 העקטאַר און זאָל זיין פון ווינט, צו פון פויגל, צו פון מענטשן, איז דאָרט פאַר־טראָגן געוואָרן זאָמען פון זעלטן־אינטערעסאַנטע פלאַנצן און ביסלעכווייז, האָבן זיך צוגעקליבן פויגל פון עטלעכע הונדערט מינים. מיט דער צייט האָט די דערשיינונג גערופן די אויפמערקזאַמקייט פון אַ סך וויסנשאַפט־לעכע אינסטיטוציעס און עס איז באַשלאָסן געוואָרן איבערלאָזן דאָרט די אַזיערע און שאַפן אַ פּאַרק מיט דורכאויס היזיקע פלאַנצן און דער יקר המציאות — די זעלטענע געסט ביי אונז — די פויגל, וועלן קענען דינען אַלס לערן־מאַטעריאַל, צו שטודירן זייער לעבן אין אַ נאַטירלעכער סביבה און נישט ווי ביז איצט, אויסגעטריקנטע און מיט שטרוי־אָנגעשטאָפּטע אָדער גלאַט אויסגעמאָלענע אויף נאַשעריי־פּאַפּירלעך. דער מלוכהשער מוזעאום פאַר נאַטורוויסנשאַפט האָט אָנגעהויבן קלאַסיפיצירן די אויס־טערלישע געסט אין און אַרום דער אַזיערע.

מענטשן, פלאַנצן און רפואות

שוין פון לאַנג האָט מען איינגעזען די וויכטיקייט צו אויפהאַלטן אַלע אַן אויסנאַם מינים און אַרטן פון די פלאַנצן. ספּעציעל וויל יעדעס לאַנד אָפּהיטן פון אונטערגאַנג די היימישע, ניט אַריינדרינגענדיק אין תוך צו זיי זיינען נוצלעך פאַרן מענטשן אָדער בהמות, אָדער שעדלעך פאַר אַלעמען. (אַזוינס לאָזט זיך ניט גלויבן וועגן קיין שום יש אין דער וועלט). שעדלעך קען זיין נאָר דער מענטש, ווען ער האַנדלט קעגן דער מאָראַל. מיט די אַנגעזאַמלטע ידיעות קען זיך דער מענטש אַריינמישן אין גרויזאַמען קאַמף, וואָס עס פירן צווישן זיך די געוויקסן און אַלע אַנדערע באַשעפענישן קעגן זיי. די קראַפט פאַר איבערבלייבן איז זייער פאַרשאַרפט אויך אין דער שטומער נאַטור. קיין שום פלאַנץ וויל נישט אונטערגיין. די וועלדער, דאָס וואונדערלעכע צוזאַמענלעבן פון אַזויפיל געוויקסן שטייען אָבער אין געפאַר פון אונטערגאַנג. קודם כל איז אין אַרגענטינע אַ קללה: די וואַלד־שרפות. בלויז אין יאָר 1941 איז אויף דער טשילענער זייט פאַרברענט געוואָרן הונדערט טויזנט העקטאַר וואַלד און אין דער אַרגענטינער פּראָווינץ נעאוקען איז אין זעלבן יאָר פאַרניכטעט געוואָרן פאַר אַ ווערט פון 100 מיליאָן פּעזעס. דאָ ליגט די הויפּט־שולד אויף די פּאַסטוכער און „לינזשעראָס", וועלכע פאַרלעשן נישט די פייערן, וואָס זיי באַנוצן. אויך דאָס פרייע פּאַשען בהמות, וועלכע צעגריזשען די קאָרע פון די ביימער זיינען ניט געבעטענע אַרויסהעלפער דעם מדבר, וועלכער גייט פאַרויס אין פיל לענדער! באַטש טיילווייז אויפהיטן די אויטענטישע היימישע פלאַנצן, אָדער די פלאָראַ פון לאַנד דערשיינען געזעצן, וועלכע רעגולירן דאָס אויסהאַקן די אורוועלדער און גלייכצייטיק אויף זייער אָרט שאַפן, ווי ווייט מעגלעך נייע. אין אַלע שטעט ווערט אויך דעריבער געזאָרגט, אַז עס זאָל זיין אַ פּאַרק. דער פּאַרק זאָל זיך אויסציען איבער דער גאַנצער שטאָט דורך די גאַסן, פאַרפלאַנצטע אויף ביידע זייטן מיט ביימער. דאָס איז דער זיג פון די היגיעניסטן אין אָנפאַנג פון אונזער יאָרהונדערט. דאַן האָט זיך גערעכנט אַלס דער גרעסטער שטאָט־פּאַרק אין ניו־יאָרק מיט אַ שטח פון 34 העקטאַר און פלעגט זיין אַנטשפּרעכנד פאַר פרילינגס־יום־טובים. אין די פּאַרקן ווערט ניט געזאָרגט פאַרן באַטאַנישן סדר לויט פאַמיליעס און מינים, נאָר צו געבן

שאָטן און פּאַרשענערן די פּאַנאָראַמע. דאָ זעט מען פיל אָרנאַמענט־פּלאַנצן און ראָזעדאַלן. אָבער ניט אין אַ שטאָט קען געלייזט ווערן אַזאַ ריזיקע אַרבעט ווי פלאָראַ־איינהיטונג. אַלע ליבהאָבער פון פּלאַנצן האָבן געווענדעט זייערע בליקן אויף דער פּראָפּאַגאַנדע פון מר. ווהייט אין נאָרד־אַמעריקע וועגן שאַפן נאַציאָנאַלע פּאַרקן. די גרויסע נאַציאָנאַלע פּאַרקן זאָלן זיך שטיצן אויף די רעשטן פון די אורוועלדער מיט די איבערגעבליבענע בעלי־חיים ווי די לעצטע בופאַלן און בערן, איינגעשלאָסן, ווי ווייט מעגלעך אין אַ פּרעכטיקער נאַטור־סביבה, ווי אָזיערעס, טייכן און הויכע בערג.

אין אַרגענטינע איז פאַר דעם רעזערווירט געוואָרן אַ שטח לאַנד אין צפון אַרום וואַונדערלעכן וואַסערפאַל פון איגואַזו, וועלכער איז מיט 20 מעטער העכער, ווי דער פיל באַזונגענער ניאַגאַראַ פון נאָרד־אַמעריקע. און אין דרום אַרגענטינע, אַרום דער פּרעכטיקער אָזיערע, מיט פיל אינזלען און אַ הויכער בערג־קייט, נאַהועל אואַפּי, דאָרט איז רעזערווירט גאַנצע 785.000 העקטאַר לאַנד. אין דער דערמאָנטער געגנט איז דער ווינטער ווי אין דער שווייץ. און קען אין אַרגענטינע דינען פאַר ווינטער־ספּאָרט.

אין די אָזיערעס ווערן שוין געמאַכט פּראָבעס מיט נייע מינים פיש און אַ דאַנק דער טיפקייט פון די זעלבע, לאָזט זיך מאַכן עקספּערימענטן מיט אַ סך ים־פּלאַנצן, וועלכע זיינען אַמווייניקסטן באַאָבאַכטעט געוואָרן. אויף יענע אינזלען, אין די וועלדלעך, פעלדער און אויך די בערג וועלן פראַנק און פריי לעבן חיות און פויגל. לעבן מיינען מיר אָן מורא פאַר דער יעגערישער קויל, אָדער פאַר שעדיקער צוליב מאָדע־מאָטיוון, אָדער לייכטן פאַרדינסטל...

דער שרייבער פון אָט די שורות האָט איינמאָל צו „ניי־יאָר", איבערגעלעבט מיט טיפן צער פאָלגנדן עפּיזאָד: אַ געווויסער געשעפטס־מאַן האָט אויף דער באַלעבטער גאַס פלאָרידאַ אין ב. איירעס, אויסגעשטאַט אַ מאָלערישע קלייט, אָנגעזעצט מיט פויגל און באַזונדערס מיט קאַטשקעלעך. יעדן קונה פלעגט מען פון אינקובאַדאָר אַרויסנעמען וויפל שטיק

מענטשן, פלאַנצן און רפואות

זיין האַרץ האָט געגלוסט און אַריינגעלייגט אין אַ קליין זעקעלע פּאַרזען מיט אַן אויפשריפט אויף יעדן איינעם, וועגן דער שעה פון געבורט און אַ לשנה־טובה קאַרטל. אַן עלעגאַנטע פרוי פלעגט שנעל מאַכן אַ לעכל צו אָטעמען און אַריינשיטן עטלעכע קערנער אַלס שפּייז. הונדערטער מענטשן האָבן עס איינגעקויפט און זיך געאיילט וואָס שנעלער אַפּפאָרן אַהיים. גרויס איז געווען דאָס שטופּעריי און געלאָף אויף די אָמניבוסן און טראַמווייען. וואָר־זשע האָט זיך עס דערמאָנט אָן די איינגעקויפטע ערשט־געבוירענע פייגל אין די זעקעלעך? פונקט ווי די צעטראָטענע פּאַפּיראָסן־שאַכטלעך האָבן זיך אויפן גאַס געוואַלגערט די צעקוועטשטע פייגעלעך...

— — — — — — — — — — — — — — — — — — — —

אַ וויכטיק מיטל צו קריגן קענטשאַפט מיט אַ גאַנץ גרויסער צאָל פלאַנצן איז דער הערבאַר. דאָס זיינען זאַמלונגען פון אויסגעטריקנטע, כאַראַקטעריסטישע טיילן, גוט באַלזאַמירטע, זיי זאָלן ניט פוילן, אויס־געלייגט אויף טאָוולען און פאַרזען מיט זייערע נעמען. אַזוינע הערבאַרן ווערן געפּאָדערט פון סטודענטן, בכדי זיי זאָלן זיך צוגעוואוינען צו דער־קענען און געדענקען די כאַראַקטעריסטיק פון וואָס אַ גרעסערע צאָל פלאַנצן און אויך האָבן, אויב מעגלעך, יענע וועלכע וואַקסן אין ווייטע לענדער. דער רייכסטער הערבאַר אין אַרגענטינע איז אויפגעזאַמלט גע־וואָרן דורך דעם פּראָפ. דאָמינגעז (ער האָט אים אָוועקגעשאָנקען דעם ב. איירעסער אוניווערזיטעט). ער באַשטייט פון 45 טויזנט אַרטן. הערבאַרן, פּאַרקן און באָטאַנישע גערטנער פאַרמערן אונזערע קענטעניש. פון די אָנגעזאַמלטע באָבאַכטונגען קומט אויס דער מענטש אַ סך באַשיידענער, איינזעענדיק זיין שוואַכקייט אין פאַרגלייך מיט די אומבאַגרענעצטע כוחות פון דער נאַטור, אָבער גלייכצייטיק פילט ער זיך דערהויבן.

אין דעם אומגלייכן פאַרמעסט, גייט ער פאָרויס.

 אַ כ ט ע ר ק אַ פּ י ט ל

די סודותפולע קראַפט אין די פּלאַנצן

שוין פון די אוראַלטע צייטן, האָט דעם מענטשנס אויפמערקזאַמקייט געצויגן די גרויסע צאָל גיפטיקע פּלאַנצן און זייער אויסטערלישע ווירקונג אויפן אָרגאַניזם פון חיות און מענטשן. עפּעס אַן איבערנאַטירלעכע מיסטעריעזע קראַפט אין אַ קליין ניסל, אין אַ דין בלעטל, אָדער אין אַ קאָלירפולן שוועמל, וואָס טוליעט זיך נעבעכדיק צו דער קאָרע פון אַ ריזיקער סאָסנע, אָדער ליגט באַהאַלטן אין דער פינצטערניש פון אַ הייל.

קוקנדיק שטענדיק, ווי אַזוי אויסצונוצן די כוחות פון דער שטומער נאַטור, נעמען איר צו הילף אין קאַמף פאַר עקזיסטענץ, איז געקומען די רייע פאַר דעם גיפט.

ווי אַזוי קען מען באַזיגן אַ פלינקע און ווילדע חיה, אַז מעסטן זיך מיט איר ברוטאַלער קראַפט איז ניט מעגלעך? אָנשטעלן ביטערקייט בנוגע די שונאים איז אַן אַלט מיטל און אויף דעם אַרבעט תמיד דער שכל. אַזוי טרעפן מיר ביי אינדיאַנישע און ניט אינדיאַנישע שבטים דאָס באַנוצן גיפטיקע מישונגען פון עסטריקנין איבערהויפּט אויף די שפּיצן פון די פיילן. מיט מיסטישן אייפער באַהאַלטן זיי אויס ביז היינט צו טאָג דעם פּרעפּאַראַט פון דער קוראַרע.

קוראַרע Curare קוראַרע איז אַ ווילד געוויקס אין בראַזיל. לויט ווי עס דער־ציילן רייזנדע וועגן יענע אינדיאַנישע שבטים, ווערט עס צוגעגרייט אויף פאָלגנדן אופן: צו דער צייט ווען די שטענגלעך ווערן אָנגעלאָדן מיט סם, ווערן די קריגער צונויפגערופן און בסוד סודות ווערן די אָנגעוויזענע טיילן פון דער קוראַרע אָפּגעקליבן, דערנאָך ווערן זיי אַזוי לאַנג געקאָכט, ביז עס בלייבט אַ געדיכטער פּעך. אין דעם פּעך, וואָס איז אויפן פאַרמאַצעווטישן לשון אַן עקסטראַקט, טונקט מען איין די שפּיצן פון די פיילן און מען לאָזט עס אָפּטריקע־נען. אַ לייכטע וואונד מיט אַזוינע פיילן, אָדער שפּיזן מישן אַריין דעם קוראַרע גיפט אין דער בלוט־צירקולאַציע און עס ענדיקט זיך דאָס לעבן מיט אַ פּאַראַליז אין מוח. אין פאַל מיט בהמות, אָדער וואַלד חיות דינט דאָס פלייש צום עסן, ווייל יענער סם איז אויב עס דרינגט אַריין דורכן מאָגן, ניט שעדלעך פאַרן פאַרברויכער. די אויסנוצונג פון דעם קוראַרע גיפט אַלס רפואה צו געוויסע מוח־קראַנקהייטן, איז נאָך אין אָנהויב פון שטודיום און ווערט אָנגעשטעלט אַלס אַזעלכע מיט פאָרזיכטיקער פאַר־אַנטוואָרטלעכקייט.

ניט נאָר קען מען פאַנגען מיט אַזאַ גיפט חיות אויף דער יבשה. פון פרימיטיווע צייטן, האָט מען אָנגעווענדעט סם אויך אין וואַסער צו פיש־פאַנגען. מען וואַרפט אַריין אין טייכלעך און אָזיערעס אַזוינע געוויקסן, וואָס דורך זייער סם ווירקן זיי, ווי אַ פאַרשלעפערונג־מיטל אויף די פיש און ברענגען זיי אַרויס אויפן אויבערפלאַך פון וואַסער. די פישער אין אַלטן גריכנלאַנד האָבן געקענט און באַנוצט אַ סך געוויקסן מיט יענע אייגנשאַפטן. וואָס עס איז כדאי צו דערמאָנען איז דעם סם, וואָס עס פלעגן באַנוצן פערואַנער פישער שוין לאַנג פאַר קאָלומבוסן. זייער פיש־פאַנגען פלעגט פאָרקומען אויפן פאָלגנדן אופן: מען שניידט איבער דאָס טייכל מיט אַ צוים פון געדיכט־געפלאָכטענע ריטער און צו דער ריכטונג פון שטראָם ווערט צולאָזן אַ פּעך, אָדער טייגל געמאַכט מיט די וואָרצ־לען פון דער פלאַנץ קובע.

די פיש אַרום דעם צעלאָזטן סם ווערן פאַרשלעפערט, אַרויסגעהויבן אויפן אויבערפלאַך פון וואַסער און פאַרשלעפּט מיטן שטראָם ביזן צוים.

די פיש בלייבן אָבער עסבאַר. היינט ווערט פון די וואָרצלען פון דער קובע אַרויסבאַקומען אַ וויכטיק מיטל צו פאַרניכטן אינזעקטן. דער ראָטענאָנע ווירקט אין אַלגעמיין אויף באַשעפענישן מיט קאַלטער בלוט־צירקולאַציע.

אויב די פאַלן פון אָנשטעלן קוראַרע־גיפט צו וואַרעם־בלוטיקע חיות און ראָטענאָנע צו קאַלטבלוטיקע איז דורכגעפירט געוואָרן ביי שבטים פון יאַגד און פיש־פאַנגער, איז פאַרן פאַסטוך געווען אַ צרה, ווען צווישן דער געוויינלעכער פאַשע פלעגט זיך צומישן דער רויטער דרייבלאַט. Trébol דורך אַזאַ פאַשע פלעגן בהמות באַקומען לאַנג־דויערנ־דיקע בלוט־שטורצן און לסוף אויסשטאַרבן, ווייל דאָס בלוט קאָאַגולירט זיך ניט און ווערט זייער פליסיק. היינט זיינען טרעבאָל־בלעטער כמעט ניט קיין באַנוצטע רפואה, אָבער פון פאַראַנטוואָרטלעכע כירורגן ווערט געבראַכט אַ מיינונג, אַז מיט אַ בעסערער באַקענונג מיט די אייגנשאַפטן פון דעם כעמישן צוזאַמענשטעל פון רויטן דרייבלאַט וועט עס קענען פאַרווענדט ווערן ביי אַ צו שנעלער פאַרהאַרטונג פון בלוט אין אָפּעראַציעס.

אָבער ניט נאָר אויף אינזעקטן, פיש און חיות פלעגט מען אָנווענדן סם פון די פלאַנצן.

לויט ווי די געשיכטע פון אַלטערטום לערנט אונז און ווי רייזנדע אויך אין אונזער צייט באַשרייבן, ווערן פּראַקטיצירט ביי אַפריקאַנישע שבטים עפנטלעכע פאָלקס־משפטים. מען גרייט צו אַ געטראַנק איבער־הויפּט פון געוויקסן מיט סטריקנין און דער באַשולדיקטער דאַרף עס אויסטרינקען בפני כל עם ועדה. אַז דער טרינקער פלעגט נאָך אַזאַ איינ־גענעמענעם פּרעפּאַראַט ניט אויסברעכן, אָדער זיך ניט אַרויסראַטעווען מיט אַ קעגן־גיפט, איז געווען אַ קלאָרער סימן, אַן אצבע אלהים, אַז מען שטייט פאַרן אמתן פאַרברעכער. 399 יאָר פאַר קריסטוס, ווען מען האָט געגעבן צו פאַרזוכן דעם גריכישן דענקער סאָקראַטעס אַ נשקשהדיקע דאָזע ציקוטע Cicuta לויט בילדער וועלכע שטעלן פאָר סאָ־קראַטעסן, ווי ער טרינקט אויס דעם בעכער גיפט איז עס געווען אַ גאָר שרעקלעכע דאָזע. אין אַרגענטינער פאַרמאַקאָפּעע, דאָס איז אַ זאַמלונג

סאָקראַטעס מיטן בעכער סם

מענטשן, פלאַנצן און רפואות

פון אַלע דערלויבטע רפואות און זייערע מאַניפולאַציעס מיט די דאָזעם און לויט וועמעס רעגלען עס דאַרפן זיך פירן די אַפטייקערס, פיגורירט ניט די ציקוטע. די פרוכטן און בלעטער באַזיצן אַ זייער געפערלעכן סם און אַ ריח, וואָס דערמאָנט השתנה פון מייז. די דערלויבטע העכסטע דאָזע איז אַ האַלבער גראַם.

אויך איז סם אָנגעווענדעט געוואָרן פאַר ריין קרימינעלע צוועקן. אַזוי איז באַקאַנט די פאַמיליע באָרדזשיאַ אין איטאַליע, וועלכע פלעגן פאַרגיפטן זייערע קעגנער, בכדי איבערבלייבן ביי דער מאַכט אין לאַנד. לויט היסטאָריקער באַשרייבן זיינען אָבער די סמען אין די פאַלאַצן געוועזן פון אַרסעניק און ניט פון געוויקסן.

אין שעקספּירס „האַמלעט" ווערט דורך דער נשמה אַליין פון פאַרשטאָרבענעם קעניג איבערגעגעבן אויפן פאָלגנדן אופן אַזאַ מין פאַרברעכן און די ווירקונג פון סם אויפן קערפער.

דער קעניג האַמלעט איז איינגעשלאָפן אין זיין גאָרטן. זיין ברודער, וועלכער האָט געהאַט שטענדיק אַ פרייען צוטריט צום קעניגלעכן פאַלאַץ אויסער קרובהשאַפט אויך דורך דעם, וואָס ער איז געשטאַנען אין ליבעבאַציאונגען מיט דער קעניגין, האָט זיך שטילערהייט צו אים דערנענטערט, צוטראָגנדיק צום אויער פון קעניג אַ פלעשעלע מיט סם. און איינמאָל דאָרט אַריינגעגאָסן, האָט זיך עס ווי קוועקזילבער צעלאָזן איבער אַלע געפעסן פון קערפער. דאָס בלוט אין די אָדערן איז שנעל און שטיקערווייז פאַרקילט געוואָרן, פונקט ווי מילך נאָכן פאַרזייערן. פון פאַרשוואָלענעם געזיכט האָבן זיך אַרויסגעהאַקט עקלדיקע געשווירן און „אַזוי בליץ־שנעל און פאַרשלאָפענערהייט, האָב איך פאַרלאָרן מיין קרוין, מיין פרוי און מיין לעבן אַלץ פאַר איינמאָל. אָן חרטה אויף מיינע חטאים און אָן אַ ווידוי האָב איך זיך געמוזט שטעלן פאַרן בית־דין של מעלה" — פאַרענדיקט די פאַרוואָגלטע נשמה.

איין און דער זעלבער סם ווירקט נישט גלייך אויף פאַרשיידענע ברואים. ווער קען ניט דעם אַפעטיט פון חזיר צו אַלץ וואָס איז פאַר־

דארבן און שמוציק? חזרים און הינער כאפן זיך צו ווי צום געשמאקסטן מאכל, ווען זיי טרעפן א גיפטיקע שלאנג — פאר זיי איז דער גיפט ניט שעדלעך.

נאכגעזוכט און באנוצט האט מען פון גאר, גאר אלטע צייטן פלאנצן צו גאטעס־דינסט און ספעציעל ביים באלזאמירן.

די קונסט פון באלזאמירן.

די קונסט פון באלזאמירן האט זיך זייער אנטוויקלט אין אלטן מצרים, ניט נאר לייבעס פון מענטשן, נאר אקסן, קעץ און אנדערע הויך־געשעצטע בעלי־חיים פלעגט מען עס אויך טאן.

דער צוועק פון דעם איז געווען, אז דער קערפער זאל ניט פוילן, און אנהאלטנדיק די אויסערלעכע גאנצקייט, בלייבט ער ראוי די נשמה זאל פארזעצן צו וואוינען אין אים. די טעכניק פון באלזאמירונג איז אזוי פולקאם שוין געווען, אז ביז אונזערע טעג זיינען די לייבעס געבליבן אין גוטן צושטאנד. אט די מומיעס געפינט מען ליגנדיק אויף דער רעכטער זייט, מיט די קני שטייף צוגעדריקט צום ברוסט־קאסטן. פונקט אזא פאזיציע, ווי להבדיל, א קינד אין דער מוטערס טראכט. די גאנצע פראפעסיע זאל זיך שטיצן אויף א לעגענדע מיטן מיצרישן גאט אזירים. זיין ברודער סעט האט פון לאנג אויף אים געטראגן א כעס, ביז איינמאל האט ער אים אויף א שרעקלעכן אופן דערהרגעט. אזיריסעס לייבע איז אויף שטיקלעך צעשניטן געווארן און דערנאך האט סעט זיי צעווארפן אין אלע עקן פון דער וועלט. די פארבליבענע אלמנה, איזיס, האט זיך ניט געקענט טרייסטן און תמיד געוויינט און געקלאגט, ביז דער גרויסער גאט רא האט זיך מרחם געווען אויף דער צעבראכענער אלמנה און געשיקט אויפקלייבן ביינדל נאך ביינדל, גליד צו גליד, צוגעדעקט זיי מיט וואוילשמעקעדיקע בלומען און דערנאך האט מען איינגעוויקלט דעם מת אין לאנגע ליילעכער. אזוי ארום קומט אויס, לויט דער לעגענדע, אז אזירים איז געווען די ערשטע מומיע און מען דארף אזוי מאכן מיט אלעמען.

מענטשן, פלאַנצן און רפואות

לויט די היסטאָריקער פון אַלטערטום פלעגט דער פאַמיליע פון מת צוגעשטעלט ווערן דריי פאַרשיידענע פרייזן — לויט דריי באַזונדערע מאָדעלן. איינמאָל אויסגעקליבן דעם מאָדעל און פאַרענדיקט מיטן פּרייז, פלעגט דער מת דורכמאַכן פאָלגנדן פּראָצעס פון באַלזאַמירונג: איינמאָל אויסגעטאָן מוטער־נאַקעט, פלעגט מען אויפשניידן די נאָזלעכער און ארויסציען די געהירן. שפּעטער, פלעגט מען אָנצייכענען אויפן אונטערשטן טייל פון בויך אַ סימבאָלישן קרייז און מיט אַ שניט אָפּשיידן די געשלעכטס־אָרגאַנען, וועלכע פלעגן באַזונדער אָפּגעלייגט ווערן. מיט אַ שטאַרקן רים פלעגן אויך בלייבן אויסערן קערפּער די געדערים, האַרץ און אַנדערע טיילן. דעם חלל האָט מען געוואַשן מיט פּאַלמען־וויין און אָנגעשטאָפּן מיט פיינשמעקעוודיקע עקסטראַקטן, ספּעציעלן פעך און מירא. תפילות און זשעסטן פון די קרובים און באַלזאַמירער פלעגן שטייגן אין עקסטאַז, ביז מען פלעגט אַריינלייגן דעם מת אין קאַסטן מיט סאָדאַ קאַרבאָנאַט אויף 70 טעג.

נאָך דער צייט פלעגט מען די לייבע שמירן מיט צעדער־אייל און אויך אַריינגיסן אין די נאַטירלעכע עפענונגען פעך. (**דער פעך איז פון לאַנג שוין באַקאַנט אַלס גוטער קאָנסערווירמיטל. פייגל, וועלכע שלינגען זאָמען דורכגעזאַפּטע מיט פעך פוילן ניט**). דערנאָך גייט אַ סדרה וויקלען אין ליילעכער, אויך איינגעשמירט מיט קלעפּיקע שטאָפן און פעך, בכדי עס זאָל האַרט און שטייף איינגעטרוקנט ווערן.

אויפפאַלנד איז דאָס, וואָס אין בראשית ווערט אַזוי אויסגעשטעלט דער ברית־מילה־אַקט, ערשט נאָכדעם ווי אברהם אָבינו איז געוועזן אין מצרים און געקענט לערנען די דאָרטיקע געוואוינהייטן, ביים לעבן און נאָכן טויט. אַ צייכן זאָל אַ איד האָבן אויף שטענדיק און דערקענען זאָל מען, אַז אַזאַ מת איז מוחל די גאַנצע הייליקע באַלזאַמירונג אַרבעט. ווייזט אויס, אַז דער מנהג איז אין מצרים געווען זייער שטאַרק. און וועגן יעקב אבינו, ווי אין בראשית ווערט געבראַכט, האָט מען איבער זיין לייבע דורכגעפירט בלויז אַ 40־טאָגיקע באַלזאַמירונג־פּראָצעדור, נישט קיין זיבעציק. מסתמא צו געבן די מעגלעכקייט אויף צו דערפירן ביזן

מערת המכפלה אין אַ ניט־פוילנדיקן צושטאַנד. דער מאָדערנער אופן פון באַלזאַמירן איז מיט גרויסע דאָזעס פאָרמאַלין אין די אָדערן, אָדער אין בויך, אויך מיט אַנדערע שטאַרק אַנטיסעפּטישע מיטלען, וועלכע שטעלן זיך קעגן אויף אַ געוויסער צייט די פוילונגס־פּראָצעסן.

אַ גאָר גרויסע נאָכזוכונג איז פון שטענדיק געווען אויף שכרות געטראַנקען, נאַרקאָטישע פּרעפּאַראַטן און אָנרעגנדיקע שטאָפן.

ווי וואונדערבאַר! — רופט אויס דער פאָרשער טשירטש — עס איז דאָך צום באַוואונדערן, וואָס מענטשן פון די פאַרשיידנסטע עקן פון דער וועלט האָבן אומאָפּהענגיק איינער פון צווייטן געקענט אָפּזוכן אין זייער סביבה די שכרות און נאַרקאָטישע שטאָפן, ווען ביים היינטיקן טאָג קען די וויסנשאַפט מיט די גרעסטע אָנשטרענגונגען, ניט אויסגעפינען נייע אומבאַקאַנטע אַרטן, פאַר די זעלבע צוועקן. אַזאַ סטימולירנדע, אָנרעגנדיק מיטל ווי טיי, איז אין אייראָפּע אין די אַפּטייקן באַקאַנט געוואָרן ערשט אין 17־טן יאָרהונדערט און איז שפּעטער געוואָרן פאַרשפּרייט אויף אַ מערקווירדיק שנעלן אופן און באַליבט אין דער גאַנצער וועלט. דער נאָמען שטאַמט פון כינעזישן וואָרט טשאַ, פונדאַנען קלינגט אויף רוסיש טשאַי. און פון כינע האָט זיך אויסגעוועבט פאָלגנדע לעגענדע וועגן טיי: פאַר טויזנטער יאָרן צוריק, האָט הינטער די הויכע הימאַלאַיען בערג געלעבט אַ גרויסער צדיק מיטן נאָמען דאַרמאַ. שטענדיק איז ער געווען פאַרזונקען אין טיפע מחשבות און תפילה געטאָן. איינמאָל איז ער לאַנג, לאַנג אַזוי געשטאַנען און מתפלל געווען, ביז ער האָט אַ גרויסע שיין דערזען, אָבער די זינדיקע אויגן זיינען שוין געווען מיד און זיך גענומען שליסן. שטאַרק ברוגז איז ער געוואָרן אויף די אויגנלעדעלעך, ער האָט זיי אַרויסגעפליקט און צעוואָרפן אויף דער ערד. גלייך זיינען פון צדיקס ברעמען שפּראָצונגען אַרויסגעוואָקסן, שפּראָצונגען מיט אַ מיסטעריעזן כוח אין זיך, צו פאַרטרייבן דעם שלאָף פון מענטשן און דאָס איז געווען טיי. אויך קאַפע ווערט זייער פיל געטרונקען, אָבער אין אַרגענטינע איז צו טיי און קאַפע נאָך פאַראַן די זשערבאַ־מאַטע.

זשערבאַ-מאַטע. די זשערבאַ־מאַטע איז דער באַליבטסטער געטראַנק שוין געווען פאַר קאָלומבוסן צווישן די גואַראַני שבֿ־טים, וועלכע פאַרנעמען געגנטן, וואָס היינט ליגט עס אין בראַזיל, פּאַראַגוויי און צפון אַרגענטינע. אויך דער אופן צו טרינקען עס, איז ענלעך היינט ווי גאָר אַמאָל. די אָנרעגנדיקע שטאָפן פון מאַ־טע פלעגן אַרויסרופן עראָטישע פאָרשטעלונגען ביים פשוטן מענטשן אין די טיפע טראָפּישע וועלדער. ביז היינט איז פאַרבליבן פאָלגנדע לעגענדע וועגן דער זשערבאַ־מאַטע און איר אויסשפּראָצונג: גאָט, בכבודו ובעצמו, באַגלייט פון צוויי הייליקע לייט, האָט זיך אַראָפּגעלאָזט פון די הימלען צו מאַכן אַ שפּאַציר אויף דער ערד. דורכגייענדיק אַ געדיכטן וואַלד האָבן זיי געטראָפן אַ פאַמיליע פון דריי פּערזאָן. אַן אַלטיטשקער פאָטער און מוטער מיט אַ יונגער שיינער טאָכטער. די עלטערן האָבן אַזוי ליב געהאַט זייער טאָכטער, אַז וועלנדיק איר אויפהאַלטן אין אייביקער מיידלשער אומשולד האָבן זיי באַשלאָסן וואוינען אין טיפן וואַלד, בכדי אַ שלעכט אויג פון אַ מאַנסביל זאָל אויף איר ניט פאַלן. ווען דער אַלטיטשקער האָט די פרעמדע לייט דערזען, איז ער זיי מיט פרייד געלאָפן אַנטקעגן און אין זיין אָרעם שטיבל איינגעלאַדן און דאָס איינציקע הינדל, וואָס ער האָט פאַרמאָגט, זיי פאַר אַ מאָלצייט געמאַכט. אַז כביכול האָט די שיינע מידה פון הכנסת אורחים אין וואַלד געטראָפן און צווישן אַזאַ אָרעמער משפּחה, האָט ער זיך באַראַטן מיט זיינע באַגלייטער ווי צו באַלוינען פאַר דעם. דערנאָך האָט ער צום אַלטן בזה הלשון געזאָגט: „דו וועסט זוכה זיין, אַז דיין טאָכטער זאָל טאַקע בלייבן ריין און אומשולדיק און איך וועל איר מאַכן אומשטערבלעך. דער אַלמעכטיקער האָט זיין וואָרט געהאַלטן. גלייך איז די שיינע, יונגע בתולה אין דער זשערבאַ־מאַטע פאַר־וואַנדלט געוואָרן און זי שפּראָצט שטענדיק, אַלץ מער און מער, כאָטש מען האַלט איר אין איין שניידן און האַקן.

צווישן די אַרבעטער פון די זשערבאַ־פּלאַנטאַציעס ווערט צו דער לעגענדע נאָך פאָלגנדעס צוגעגעבן: די שיינע יונגפרוי איז ניט קיין פלאַנץ געוואָרן, זי איז די גאַנצע באַלעבאָסטע איבער די אומצאָליקע פּלאַנטאַציעס און דער מאַן, וואָס האַלט אויס דעם נדר וועגן אַנדערע

חנא גארבער

פרויען אויסער איר, ניט צו טראכטן און אין וואַלד פון דער זשערבאַ־מאַטע בלייבן, דער ווערט פון איר שטענדיק געהאָלפן. ווען ער רוט אין זיסן שלאָף, שניידט זי אָן די זשערבע, זי העלפט די משא בין וואָגן דער־טראָגן און אַלס אומזעבאַרע ווי זי איז, זעצט זי זיך צוזאַמען מיט דער משא אויפן וואָגן, אַזוי געווינט שטענדיק יענער מאַנסביל, וואָס איז מיט איר פאַרקנסט.

נאָענטע שכנים פון די מאַטע טרינקער, זיינען די אינ־קאַקאַ-בלעטער. דיאַנער און אַנדערע פעלקער אַרום די הויכע אַנדן־בערג, וואָס קייען די קאָקאַ־בלעטער. טיף איינגע־וואָרצלט איז די דאָזיקע געוואוינהייט ביי יענע פעלקער. שוין נאָך דער אַנטדעקונג פון אַמעריקע, האָט מען גלייך באַמערקט ווי פאַרשפּרייט עס איז דער דאָזיקער באַנוץ אין אַלע שיכטן פון פאָלק. אין אינקאַישן פאָל־קלאָר ווערט דערציילט ווי די מענטשן האָבן זיך דערוואוסט וועגן די מעלות פון די קאָקאַ־בלעטער. אויפן רואיקן שפּיגל פון דער גרויסער אַזיערע טיטיקאַקאַ האָט די זון אַראָפּגעלאָזן איר ליב קינד מאַנקאָ קאַפּאַק, דער זעלבער וועלכער האָט אָוועקגעלייגט דעם פונדאַמענט פון דער אינקאַ אימפּעריע. בלייבנדיק אַ לענגערע צייט צווישן די מענטשן האָט ער אָנ־געהויבן איבערצוגעבן ידיעות איבער ערד־אַרבעט און גערטנעריי. און אינ־צווישן האָט ער שוין געוויזן, ווי צו באַנוצן די קאָקאַ־בלעטער.

אינעם קייען די בלעטער געפינט מען אַ טרייסט צו די יסורים. עס קרעפטיקט דעם פאַרמאַטערטן און שטילט הונגער און ווייטיק. דאָס איז דער געשאַנק, וואָס מאַנקאָ קאַפּאַק האָט איבערגעלאָזן פאַר די ליידנדיקע אינדיאַנער פון די אַנדן־בערג.

פון זאַפּטיק פאָלקלאָר איז איין שריט צו דער פאָלקס־מעדיצין און ביז היינטיקן טאָג ליגט נאָך פיל, פיל צום אויספאָרשן אין אָט דעם שפּרודלדיקן קוואַל. אַ סך דאָרף און וועט די וויסנשאַפט פון דאָרטן שעפּן.

דער גיפט אַלס רפואה

עס איז ביז היינטיקן טאָג ניט מעגלעך אויסצוגעפינען, ווען און וואו איז עס געווען די ריכטיקע צייט און אָרט, וואו מענטשן האָבן אָנגעהויבן צו באַנוצן די פלאַנצן אַלס רפואות. דאָס איז פאַרטרונקען אין אַ ים טראַ־דיציעס, לעגענדעס, סגולות און מיסטיציזם. לויט גריכישע לעגענדעס איז אָרפעאָ, דער אַלטער באַגאַבטער דיכטער, דער וועלכער האָט געשריבן בי־כער וועגן רפואות און אויך איבערגעגעבן וויכטיקע ידיעות וועגן די פלאַנצן אין צוזאַמענהאַנג מיטן מענטשנס געזונט. פאָרשער פון אינדיאַ־נישן פאָלקלאָר אין נאָרד־אַמעריקע דערציילן וועגן אַ לעגענדע צווישן יע־נע שבטים וואָס דערמאָנט דעם אָנהויב פון הייל־קרייטעכצער. פון דער גרויסער צאָל איידעלע גייסטער וועלכע באַוואוינען די הימלען האָט איי־נער אַראָפּגעגנידערט צו דער „מוטער־ערד״ אַ זעקעלע פול אָנגעשטאָפּט מיט וואָרצלען, בלעטער און פרוכטן האָט ער געוויזן. פיר טעג האָט ער צווישן די מענטשן געהאַלטן אין איין אָפּקלייבן אַזעלכע פערזאָנען, וועל־כע זאָלן זיין ראוי צו מקבל זיין די לערע וועגן קראַנקהייטן און וועגן פלאַנצן. אויך האָט ער אָנגעוויזן די צערעמאָניעס, וואָס דאַרפן באַגלייטן אין אַזאַ אַרבעט. יענע פערזאָנען, וועלכע ער האָט אויסגעוויילט דאָס זיינען די כישופמאַכער, צו זיי דאַרף מען זיך ווענדן אין אַלע פאַלן פון קראַנקהייטן און וועגן די מיטלען זיך צו אויסהיילן...

זיד־אַמעריקאַנער אינדיאַנער האָבן דערציילט, אַז פון די פומאַס, דער היימישער טיגער, האָבן זיי זיך דערוואוסט די מעלות, וואָס עס באַזיצט דער כינע־בוים אין זיין קאָרע. דאָ ליגט אַ שטיק אמת. פיל האָבן מענטשן טאַקע געלערנט פון די בהמות און חיות, צוזעענדיק דעם עפעקט פון די גיפטן אויף זיי. אַזוי ווערט דערציילט, אַז די קאַפע בלעטער ווירקן אויף שאָף, זיי ווערן רירעוודיקער, לויפן שנעלער און דאָס האָט גערופן די אויפמערקזאַמקייט אויף דעם פאַרבאַהאַלטענעם אָנרעגנדיקן מיטל פון קאַפע. פאַר עטלעכע יאָרהונדערט צוריק פלעגן דאָקטוירים זיין גלייכצייַ־טיק אַפּטייקערס און טיילמאָל אַליין האָבן גערטנער מיט שוין אויסגע־פּרובירטע הייל־קרייטעכצער. לויט דעם איצטיקן צושטאַנד פון דער גע־

שיכטע פון אַפּטייקן, געפינען זיך די עלטסטע רעצעפּטן אין אַלטן מצרים. אין בריטאַנישן מוזיי אין לאָנדאָן, געפינט זיך אַ שטיין פון מצרים, אויף וועלכן עס איז אויסגעקריצט אַ רעצעפּט פון די מיצרישע חרטומים.

היינטיקע רעצעפּטן לייענען זיך ניט לייכט, קען מען זיך פאָרשטעלן, ווי שווער עס איז אָנגעקומען צו איבערלייענען די יעראָגליפישע רעצעפּטן. ווייסט מען טאַקע נישט גענוי וועגן וועלכע פלאַנצן עס האַנדלט זיך. אויך זיינען פאַראַן רעצעפּטן אויפן „עבערט" פּאַפּירוס און לויט דאָס ביסל דאָקומענטן קען מען דרינגען, אַז זיי פלעגן אָנווענדן פאַרשיידענע איילן, ווייַנען, הייוון, אַניס, ליינזאָמען און אַנדערע קרייטעכצער. פון חומש ויקרא קען מען זייער נעפּלהאַפט דרינגען וועגן פּרעפּאַראַטן, די אויסגערעכנטע מיטלען זיינען מער פון רעליגיעזן צערעמאָניאַל. אין שפּעטערדיקע יאָרן אָנהויב קריסטוס ערא, געפינען מיר אויף די רעצעפּטן דעם צייכן :.Rp וועלכן מען באַנוצט נאָך היינט און וואָס וויל זאָגן: „נעם איין" פאָלגנדע רפואה.

פיל נייע רפואות זיינען צוגעקומען אַ דאַנק די בעסערע קאָמוניקאַציע מיטלען צווישן די לענדער, ספּעציעל נאָך דער אַנטדעקונג פון אַמעריקע, אָבער פון גאָר גרויסן ווערט איז געווען די אַנטוויקלונג פון דער וואָג און געוויכטן און אויך די מאָסן.

די וואָג און די מאָס

די פּרימיטיווסטע וואָג איז וואַרשיינלעך געווען די פּשוטע אָפענע האַנט פון דעם מענטשן. לײדער, איז זי נישט ביכולת צו באַשטימען ריכטיק, ווען עס האַנדלט זיך וועגן גרויסע און נאָך ווייניקער וועגן קליינע סכומים. די עלטסטע וואָגן זיינען געפונען געוואָרן אין אַלטן מצרים, זייער עלטער רעכנט מען פון שיינע עטלעכע טויזנט יאָר. מיטן וואוקס פון האַנדל איז געקומען די צייט, אַז עס זאָלן פּראָגרעסירן וואָגן אויך.

זייער טייער קען זיך אויסלאָזן אַ טעות אין וועגן תבואות, מעטאַלן, ספּעציעל גאָלד. גאָר שפּעטער איז אין ענגלאַנד געמאַכט געוואָרן אַ גרוי־

סער שריט אין דעם הינזיכט. מען האָט איינגעשלאָסן די זייער פּילבאַרע וואָג אין אַ גלעזערנעם קאַסטן, בכדי די אויסערלעכע באַוועגונגען פון דער לופט זאָלן ניט שטערן די עקזאַקטקייט. אָבער די אמתע צרה אין דעם פאַל איז געווען דאָס, וואָס אין אַלע לענדער זיינען געווען מכל המינים וואָגן און געוויכטן. ניט נאָר פלעגן יענע אַלטמאָדישע געוויכטן זיך אונטערשיידן פון איין לאַנד און דעם צווייטן. די אָנזאַ צום ביישפּיל אין רוסלאַנד, האָט געהאַט קרוב דרייסיק גראַם און אין עסטרייך האָט אַן אָנזאַ געהאַט 35 גראַם. פון איין פּראָווינץ אין דער צווייטער איז שוין געווען אַנדערש די וואָג. אין מילאַן איז די אָנזאַ געווען גרעסער ווי אין נעאַפּאָל; אין דער שפּאַנישער פּראָווינץ קאַטאַלוניע גרעסער ווי אין גאַנצן לאַנד. אַפילו ביז דאָ ניט לאַנג איז נאָך אין די ענגליש־ריידנדע לענדער אָנגענומען אַזאַ וואָג און מאָס, וועלכע האָבן זיך ניט געשטיצט אויף קיין שום וויסנשאַפטלעכער באַזע.

אומזיסטע קאַפּריזן, לעכערלעכע טעותן און אָפט טראַגישע טעותן פלעגן פאָרקומען מיט רעצעפּטן פון ענגלישע דאָקטוירים. זיי פלעגן פאַרשרייבן אַלס געוויכט אַ פאַרקירצטן צייכן גר., וואָס אַלע אַפּ־טייקערס מיינען גלייך גראַם און אין דער אמתן האָט יענער דאָקטאָר גע־מיינט גראַן, וואָס מאַכט אויס זעכצן מאָל ווייניקער. היינט צו טאָג איז אוניווערסאַל באַשלאָסן געוואָרן צו באַנוצן די מעטרישע סיסטעם. די דאָ־זיקע צענטל סיסטעם איז אַ ברכה פאַר דער מענטשהייט און די בעסטע ירושה פון דער פראַנצויזישער רעוואָלוציע. דעם 8־טן מאַי 1790 האָט די „פאַרשטייערשאַפט פון פאָלק" זיך געווענדעט צו דער פראַנצויזישער וויסנשאַפט־אַקאַדעמיע וועגן דער נויטיקייט צו איינשטעלן אַ נייע, איינ־הייטלעכע סיסטעם פון וואָג און מאָס. מען האָט גערעכנט לויט דער אויס־בערעכנונג פון אונזער ערד און פון אַזאַ מיליאָנטן חלק אויסגעטיילט דעם מעטער. מען האָט אים אויסגעגאָסן פון פּלאַטין און אירידיאום, אַזוינע מעטאַלן, וועלכע האַלטן אויס בעסער ווי אַנדערע, די ענדערונגען פון היץ און פייכטקייט. אַזאַ מעטער איז אָוועקגעלייגט געוואָרן אין ארכיוו פון דער אינטערנאַציאָנאַלער ביוראָ פון וואָגן און מאָסן אין פּאַריז. פון מע־טער איז מען אוועק צום קילאָגראַם און ליטער. אַ ליטער דעסטילירט

חנא גארבער

וואסער ביי א טעמפעראטור פון 4 גראד דארף וועגן פינקטלעך א קילאָ־גראַם. פאַר גרעסערע, אָדער קלענערע סכומים ביים וועגן אָדער מעסטן, דארף אַלץ זיין לויטן צענטל סיסטעם. צען, הונדערט און טויזנט מאָל גרעסער אָדער צען, הונדערט און טויזנט מאָל קלענער.

איינע פון די זיכערסטע סימנים פון א געזונטן צושטאנד און אויך אַלס מיטל צו אויפהיטן די עסטעטישע פאָרמען פון אונזער קערפּער, איז די נאָרמאַלע וואָג. ענדערונגען און דערצו גאַנץ אָנזעעוודיקע, זיינען אַן אָנזאָג פון אַן ערנסטער אינערלעכער צערודערונג. די וואולגארע אויס־דרוקן: „פיס ווי קלעצער" און „הינערשע פיסלעך", זיינען א סך מער, ווי שפּאַט און רחמנות. דעריבער איז נויטיק אָפּט דורכפירן אַט דעם לייכטן און זייער אנגענעמען עקזאַמען, ווי עס איז דאָס אָפּוועגן זיך. נאָך מער איז עס נוצלעך ביי קינדער.

פאָלגנדע טאַבעלע קען גענומען ווערן אַלס מאָדעל:

אויך איז פון גרויס וויכטיקייט דער טערמאָמעטער, וואָס העלפט אונז וויסן די טעמפעראטור נישט נאָר ביי א חולה. די דאָזיקע אינסטרו־מענטן, ווי טערמאָמעטער, באראָמעטער, ווערן געמאַכט אויף דער באַזע פון קוועקזילבער, א מעטאַל וואָס לאָזט לייכט זען די ענדערונג פון דער טעמפעראטור און ער איז גאָר שטארק פילבאר אויף היץ און קעלט. דער הונדערט־גראדיקער טערמאָמעטער, דאָס הייסט דער, וועלכער ווייזט פון זערא גראד ביז הונדערט, איז דער מער באַנוצטער אין אונזער לאַנד. אין ארגענטינע איז שטרענג פאַרווערט די פארעלטערטע וואָגן, געוויכטן און מאָסן. אַלץ דארף זיך פירן לויטן מעטרישן צענטל־סיסטעם. און יערלעך ווערט פון דער מלוכה נאָכגעקאָנטראָלירט און געשטעמפּלט אַלע וואָגן און מאָסן.

עטלעכע וואָגן פאָדערט דער מלוכה־געזעץ, אז עס זאָלן זיך אומבאַ־דינגט געפינען אין די אַפּטייקן. צווישן זיי ווערט די גרעסטע אויפמערק־זאַמקייט געלייגט אויף דער אנאַליטישער וואָג. דאָס איז יענע וואָג וואָס איז פילבאר אין אירע שאָלן אויף א פינף־טויזנט חלק פון א גראַם. אויב מיר זאָלן צעשניידן א האָר אויף וויפל שטיקלעך מיר זאָלן ווען און

נאָרמאלע וואָג פון געזונטע קינדער אין פאַרשידענעם עלטער

חדשים	קילאָ
0	3.—
1	3,750
2	4,500
3	5,250
4	5,950
5	6,560
6	7,100
7	7,600
8	8.—
9	8,350
10	8,650
11	8,950
12	9,200
13	9,450
14	9,650
15	9,850
16	10,050
17	10,250
18	10,450
19	10,650
20	10,850
21	11,050
22	11,200
23	11,350
24	11,500

יאָרן	אינגלעך		מיידלעך	
	קילאָ	הויך	קילאָ	הויך
3	13,210	0,860	12,450	0,850
4	15,070	0,932	14,180	0,910
5	16,700	0,990	15,500	0,974
6	18,040	1,046	16,740	1,032
7	20,160	1,112	18,450	1,096
8	22,260	1,170	19,820	1,139
9	24,090	1,227	22,440	1,200
10	26,120	1,282	24,340	1,248
11	27,850	1,327	26,250	1,275
14	40,500	1,487	38,100	1,447
12	31.—	1,359	30,540	1,327
13	35,320	1,403	34,350	1,386
15	46,410	1,559	41,300	1,475
16	53,390	1,616	44,440	1,500
17	57,400	1,670	49,080	1,544
18	61,260	1,700	52,100	1,552
19	63,320	1,706	53,100	1,562
20	65.—	1,711	53,400	1,570

חנא גארבער

קענען, א פינטל־מאך מיט א בלייסטיפט אויף א פאפירל איז שוין פאר־ראן אזא וואג, וואס וועט געניי אפוועגן דעם חלק האר, אדער דעם פינטל פון בליישטיפט. מיט אזוינע אינסטרומענטן גייען גישט פארלוירן מאנאטן און יארן אויף צו דערווייסן זיך דעם צוזאמענשטעל פון נייע שטאפן, לייכ־טער ווערט צו וויסן וועגן די זאלצן, וועלכע זעצן זיך אפ אין דער אורין און ווי עס זעט אוים דעם קראנקנס בלוט אין יעדן פאל.

דער אפטייקער האט אין די פיר ווענט פון זיין לאבאראטאריע פאלגנדיקן „אני מאמין״:

„די ריכטיקע וואג און מאס״, הן פאר די פארשריפטן פון דאקטאר, הן די דערלויבטע וואג פון געזעץ דארף ער אין זינען האבן. עס קריצן זיך איין אויף שטענדיק די ווערטער פון א גרויסן כעמיקער: פארגלייכט א טעות באגאנגען אין געלט־ענינים און א טעות באגאנגען אין א רפואה־מאכן? געלט קען מען אומקערן, וואס בלייבט אונז מיטן חולה צו טאן? א דאנק דער ריכטיקער מאס און וואג ווערן איבערגעארבעט די גע־פערלעכע גיפטן אין לעבנס־נויטיקע רפואות.

מיט דעם גאנג פון דער צייט פאלן ארוים פון באנוץ א סך קריי־טעכצער, וועגן אנדערע ווארט מען נאך אויפן לעצטן ווארט פון דער וויסנשאפט. א גרויסע צאל זיינען אין א סך הינזיכטן יא באשטעטיקט געווארן און פארן זעלבן צוועק, ווי אין דער פאלקס־מעדיצין. זייער וויכ־טיק איז דעריבער זיך צו באקענען מיט די מעדיצינישע געוויקסן:

מיר וועלן אנהויבן מיט פלאנצן וועלכע זיינען:

1. אין נאטירלעכן צושטאנד אונזער בעסטע שפייז, ווי פרוכטן און גרינסן, און פארזעצן מיט יענע וועלכע דינען
2. צו אויסערלעכער ריינקייט, און
3. צו אינערלעכער אפרייניקונג, און אויך יענע
4. וועלכע פירן דורך א טיפע קאמפליצירטע ווירקונג אויפן אר־גאניזם.

נאך ידיעות וועגן יעדער פלאנץ באזונדער, וועט מען דארפן נעמען צו הילף דעם זובצעטל.

נײַנטער קאַפּיטל

פּרוכטן און גרינסן

אין דער געשיכטע פֿון דער מעדיצין פֿאַרנעמט אַן אַנגעזעענעם פּלאַץ דער גריכישער דאָקטאָר היפּאָקראַטעס. גרויס איז געווען זײַן אײַנפֿלוס אין דער צײַט אין װעלכער ער האָט געלעבט. אַלס היפּאָקראַטעס „דער גרויסער", „דער געטלעכער", איז ער פֿאַרבליבן אין שריפֿטן פֿון אַלטער־טום. אַלס „דער פֿאָטער פֿון דער מעדיצין", רופֿט מען אים הײַנט. געבוירן אויפֿן אינזל קאָס 460 יאָר פֿאַר ק. ג. האָט ער אין זײַן לאַנגן לעבן אַ סך אַרומגעוואַנדערט און זיך באַקענט מיט די לענדער אַרום גריכנלאַנד, קלײן־אַזיע און גריכישע קאָלאָניעס אַרום שוואַרצן ים, אַראַביע און מצרים. אָנגעלאָדן מיט װיסן איז ער צוריקגעקומען אין זײַן היימאַט און ביז זײַן טיפֿן עלטער (85 יאָר) זיך אָפּגעגעבן מיט לײב און לעבן, צו הײלן דאָס פֿאָלק. פֿיל פֿון זײַנע שריפֿטן זײַנען פֿאַרלאָרן געגאַנגען, אָבער פֿון דאָס ביסל וואָס איז פֿאַרבליבן דרינגט אַרויס, אַז ער האָט געזוכט זיך צו שטיצן אין אַלע פֿאַלן אויף אַ גענויער אָבסערוואַציע פֿון חולה. און פּונקט װי זײַן לעבן און אַקטואַציע איז פֿאַרקלײדט אין לעגענדעס און גוזמאות, אַזוי װערט װעגן זײַן טויט איבערגעגעבן אויסטערלישעס. פֿון זײַן קבר זײַנען מחנות בינען אַרויסגעפֿלויגן און דער האָניק זײערער, האָט געהאַט גאָר באַזונדערע מעלות. מיט דעם האָניק פֿלעגט מען די שווערסטע קראַנקהײטן אויסהײלן. היפּאָקראַטעס האָט טאַקע געזוכט אין דער אַנטשפּרעכנדער דיעטע — אַ רפֿואה צו די קראַנקהײטן.

חנא גארבער

„אין דיין שפייז זאָל זיין דיין רפואה, און אַ רפואה זאָל זיין דיין שפייז", איז היפּאָקראַטעסעס שפּרוך און ווערט זייער אָפּט נאָך איבער־געחזרט. פון די עלטסטע, גאָר עלטסטע צייטן האָט מען עס שוין באַ־מערקט, אַז די פּרוכטן און גרינסן טאָרן ניט פעלן אין טאָג־טעגלעכן שפייז. זיי אויסמיידן, דערפירט פריער אָדער שפּעטער, נאָר זיכער צו אַ צוזאַמענברוך מיט די געפערלעכסטע קאָנסעקווענצן. חוץאים פון אַ ניט־געניגנדיקן סכום פרוכטן און גרינסן פלעגן קומען צו זיך גאָר שנעל, בלויז בייטנדיק דאָס עסן. דאָס האָט מען אין גריכנלאַנד — אַלס ים מלוכה — געקענט זען און אָפּלערנען פון די מאַטראָזן, וועלכע פלעגן געזונט ווערן קומענדיק אין די פּאָרטן, וואו זייער עסן איז געווען אַנדערש ווי אויף די שיפן.

שוין אין אַ פריערדיקן קאַפּיטל האָבן מיר דערמאָנט וועגן די וויטאַ־מינען, וואָס געפינען זיך אין די פרוכטן און גרינסן צוזאַמען מיט זייער וויכטיקע מינעראַלן און אַזוי אַרום קענען זיי איינהאַלטן דעם גלייכגע־וויכט און שטאָף־אומבייט אין אָרגאַניזם. פון יענע מינעראַלן זיינען זייער נויטיק אייזן, קאַלציום, פאָספאָר און יאָד.

אַ דאַנק אייזן קומט פאַר דאָס אָטעמען אין אַלע קעמערלעך, דער־פירנדיק אַהין דעם זויערשטאָף מיטן בלוט. דער רויטער קאָליר פון בלוט איז ווייל אייזן געפינט זיך דאָרט. אין טאָג־טעגלעכן עסן מוז אומבאַדינגט אריינקומען יענע, וואָס באַזיצט אייזן, ווי די טאָמאַטן און דער שפּינאַט.

יאָד נעמט אַ וויכטיקן אָנטייל אין די כעמישע פּראָצעסן פון אַלע געוועבן און איז ענג פאַרבונדן מיט זייער וויכטיקע דריזן.

וועגן דער וויכטיקייט פון קאַלציום איז היינט שוין אומעטום און פאַר אַלעמען באַקאַנט. אין די פרוכטן געפינט ער זיך אין אַזאַ צושטאַנד, וואָס קען שנעל אַסימילירט ווערן פון קערפּער. ביים אויספאָרמירן זיך פון סקעלעט, ביי אַ נאָרמאַלן גאַנג פון הארצן און אין די בלוטונגען שפּילט קאַלציום אַ וויכטיקע ראָל. פאָספאָר איז אומבאַדינגט נויטיק ביים וואוקס פון קערפּער, איבערהויפּט פאַר די איידעלסטע געוועבן פון די געהירן, און

טאָר ניט פעלן אין דער שפּייז פון שוואַנגערנדיקע פרויען, ווי אויך ביים זויג־פּעריאָד. די צייטיק־געוואָרענע אויבס, וועלכע מען קען קריגן פריש און אין אַ נאַטירלעכן צושטאַנד און עסן רויערהייט, זיינען נאָרהאַפּט אין פולן זין פון וואָרט, לייכט צו פאַרדייען און אַנגענעם. די פאָלגנדיקע פרוכטן און גרינסן זיינען פון גרויסער באַדערפעניש פאַרן אָרגאַניזם:

1) די היימאַט פון מאַראַנצן־בוים איז כינע. אָנהויב 20־טן יאָרהונדערט איז אין סיציליע געווען די הויפּט־פּראָדוקציע, היינט פאַרנעמט אַ וויכטיקן פּלאַץ פּאַלעסטינע. אין נאָרד־אַמעריקע איז וויכטיק די מאַראַנצן־פּראָדוקציע פון קאַליפאָרניע. אין אונזער לאַנד ווערט פיל געפלאַנצט אין די צפון־פּראָווינצן. פון דער שאָלעכץ ווערט אַרויסגעקוועטשט אַ זאַפט רייך מיט עסענצן, וועלכע ווערן פאַרווענדעט צו קאָנפיטעריע־צוקערקעס; 2) דער בוים וואָס גיט ביטערע מאַראַנצן שטאַמט אויך אָפּ פון כינע, וואַקסט ביז היינט נאָך ווילד אַרום די הימאַלאַיען־בערג. פון די גרינע בלעטער און פרוכטן פון די ביטערע מאַראַנצן ווערט עקסטראַהירט דער פּעטיט־גרין־אייל, פון די בלומען די וויכטיקע נעראָלי־עסענץ און אַלס צווייטראַנגיקער פּראָדוקט דער באַקאַנטער אָסאַהאַר־וואַסער, ווערט גענומען לעפלווייז ביים חלשן.

די עסענצן און זאַפטן ,וויכטיק צו פּערפום־אינדוסטריע און ליקאָרן. לויט לעצטע ציילונגען זיינען אין אַרגענטינע געווען 87 טויזנט ביימער פון ביטערע מאַראַנצן און קרוב 10 מיליאָן זיסע. ביי אונז ווערן די פרוכטן צייטיק פון יולי ביז אָקטאָבער. וויכטיק אין דער נאַרונג מיט די אָרגאַנישע זאַלצן און ספּעציעל קאַלציום, אויך דער צוקער און זאַפט איז פון גוטער און שנעלער פאַרדייאונג. גאָר רייך מיט דער וויטאַמין C אויך A און B . דער זאַפט פון מאַראַנצן איז גוט צו האַרטלייב, פלעגט אָפּט באַנוצט ווערן צווישן פאָלק, צו אָפּשטעלן אַ בלוטונג אין דער נאָז. די שאָלעכץ איז דריי מאָל רייכער ווי דער זאַפט אין וויטאַמין C , **ווערט** אָבער אָט דער סכום אין די מאַרמעלאַדן צעשטערט ביים קאָכן.

חנא גאַרבער

עפּל. וואַקסט בעסער אין די קאַלטע לענדער. מען געפינט נאָך
אין ווילדן צושטאַנד. ביז 2000 סאָרטן זיינען שוין אָנגע־
רעכנט געוואָרן. צום עפּל־בוים ציען זיך פיל פייגל, וועלכע
צעפּיקן די פּרוכט און אַזוי אַרום פוילט זי שנעלער. לעבט פון 25 ביז
30 יאָר. איז איינע פון די באַקאַנטסטע און עלטסטע ביימער, וועלכע
באַגלייטן דעם מענטשן. לויט אַ טערקישער לעגענדע איז דער עפּלבוים
ביי דער רעכטער זייט פון גאָטס טראָן אַוועקגעשטעלט.

אין אַרגענטינע איז ביי די לעצטע ציילונגען געווען 6 און אַ האַלבן
מיליאָן עפּלבוימער. דאָ ווערן זיי צייטיק אין מערץ, אַפּריל און מאַי און
לעצטנס איז אויפגעשטאַנען אַ וויכטיקע אינדוסטריע פון סידרע און
שאַמפּאַן, וואָס האָט אַלס באַזע עפּל. אין די טויזנטער פלעשער ווערט
עקספּאָרטירט קיין נאָרד־אַמעריקע. צייטיקע עפּל וואָלט געדאַרפט זיין אַ
טאָג־טעגלעכער עסן, ווייל עס רופט נישט אַרוים קיין לויז־מאָגן, איז
גוט מיט אירע אָרגאַנישע זאַלצן און זויערס צום מאָגן און ספּעציעלן
קאַלציום, רעקאָמענדירט אַלס צעריבענע קאַשקע פאַר קליינע קינדער. באַ־
זיצט די וויכטיקע וויטאַמינען A B C אָנגענומען אַלס גוט צו דער
שיינער אַנטוויקלונג פון די ציין.

לימענעס (ציטראָנען). אַ בוים וואָס שטאַמט פון אַזיע, דער־
גרייכט ביז 10 מעטער די הויך. אַ דאַנק
דער אַראַבישער אַריינדרינגונג אין די איי־
ראָפּעאישע לענדער, איז דער בוים אַריינגעפירט געוואָרן אין שפּאַניע
און אַ סך לענדער אַרום מיטללענדישן ים. רייכע פּלאַנטאַציעס געפינען
זיך אין סיציליע. אויפן אַמעריקאַנער קאָנטינענט ווערן לימענעס גע־
פּלאַנצט אין קאַליפאָרניע און אויך ביי אונז אין אַרגענטינע, ליידער ניט
אין אַזאַ גרויסן מאַסשטאַב, ווי עס פאָדערט דער אַלגעמיינער באַנוץ פון
דער פּרוכט און די אינדוסטריעלע באַדערפענישן. די פּרוכטן ווערן אָפּ־
געשניטן בעת זיי זיינען גרין. די שאָלעכץ דינט אַלס גוטער מאָגן־אָנ־

רעגער. אויך צו קאָנפּיטעריע. דער זאַפט איז רייך מיט ציטרוס־זויער
און אָרגאַנישע וויכטיקע זאַלצן. ווערט גענומען אָפּט אויפן ניכטערן
האַרצן צו פּעטלייביקייט, ווירקט אויך גוט ביי פאַרשיידענע מאָגן־צע־
רודערונגען. דער זאַפט איז רייך מיט דער וויטאַמין C ווי אויך B. 30
טראָפּן אין אַ גלאָז וואַסער טעגלעך אויפן ניכטערן האַרצן. אַקושערינס
אין אַרגענטינע נוצן דעם זאַפט צו אַריינשפּריצן ביי ערשט־געבוירענע
קינדערלעך אין די אויגן איייניקע טראָפּן.

אויף די ענגלישע שיפן מוז געפירט ווערן אַ זאַפּאַס פון לימענעס.

פון די לימענעס באַקומט זיך די וויכטיקע עסענצן צו לימאָנאַדעס,
צווישן זיי די ראָזשע־לימאָנאַדע אַלס אָנגענעמער און גוט־ווירקזאַמער אָפּ־
פיר־מיטל. דער זויער־זאַלץ אָדער ציטרוס־זויער ווערט צווישן אידן פאַר־
נוצט צום באָרשטש (ביי יעדן פאַל דאַרף דערמאָנט ווערן ביים איינקויפן,
אַז עס איז צו מאַכן אַן עסן, ווייל עס ווערט אַמאָל פאַרביטן מיט אָק־
סאַליד־זויער, וועלכער איז גיפטיק און ווערט אָפּט גענוצט צו אַרויסנע־
מען פלעקן פון האָלץ און קליידער).

נאַרהאַפּט זיינען די פון אַלעמען באַקאַנטע וויינטרויבן, באַרן, אַנאַ־
נאַסן און באַנאַנעס ווי די איבעריקע פרוכטן, וועלכע מען געפינט אין
אַרגענטינע. עס איז פאַרצייכנט געוואָרן פאַלן פון מענטשן וועלכע האָבן
זיך געשפּייזט בלויז מיט אויבס און האָבן דערגרייכט אַ געזונט און טיף
עלטער (ביז איבער 100 יאָר). אָבער צו אַן אַנטשפּרעכנדיקער פולער דיגע־
טע מוזן צוגעגעבן ווערן די גרינסן.

פּאָמידאָרן. פּאָמידאָרן אָדער טאָמאַטן, שטאַמט אָפּ פון זיד־
אַמעריקע, ווערט איצט זייער הויך אָפּגעשאַצט אַלס וויכ־
טיקע שפּייז. וואַקסט גוט אין אַרגענטינע. די טאָמאַטן,
איבערהויפּט רויערהייט העלפן ביי שווערער פאַרדייאונג, זיינען רייך מיט
איינעם פון די נויטיקסטע אין אונזער אָרגאַניזם, עלעמענטן: אייזן. דער
עלעמענט, וואָס מוז ליגן אין בלוט און שטענדיק בייזיין ביים אָטעמען

חנא גארבער

צווישן די קעעמרלעך פון קערפּער. אין זאַפט פון פּאָמידאָרן געפינט זיך דער וויטאַמין C און אויך B . ווערט רעקאָמענדירט פאַר די קלענסטע קינדערלעך. זיי ווערן צייטיק אין די זומער מאָנאַטן: יאַנואַר, פעברואַר און מערץ. און דאַן ווערן זיי ביליק פּאַרקויפט. אויך ווערן גענוצט קאָנ־סערווירטע טאָמאַטן, אָבער אין נאַטירלעכן רויען צושטאַנד איז אויפ־געמבאַר פאַרן קערפּער די וויכטיקע שטאָפן פון טאָמאַטן־זאַפט.

שפּינאַק. די דאָזיקע געשמאַקע גרינס באַזיצט כמעט אַלע נוי־טיקע וויטאַמינען, אָבער ספּעציעל רייך מיט אייזן, קאַלציום, פאָספאָר און יאָד. ווערט ביי אונז צייטיק אין די מאָנאַטן יוני, יולי און אויגוסט. דער יאָד איז דער עלעמענט, וואָס איז ענג פאַר־בונדן מיט די וויכטיקע דריזן ארום האַלז; בלויז צוליב אייזן און יאָד דאַרף שפּינאַק זיין אויפן עס־טיש פון אַלע קלאַסן פון דער באַפעלקע־רונג.

מערן. מערן זיינען געווען זייער חשוב אין אַמאָליקן אידישן עסן — דער צימעס. רויערהייט קענען אָבער מערן בעסער איבערגעבן די וויטאַמינען B און איבערהויפּט C, ווי גע־קאָכטערהייט. איצט ווערט עס רעקאָמענדירט פאַר גאָר קליינע קינדער אַלס טאָג־טעגלעכער שפּייז.

סאַלאַט. סאַלאַט ווערט היינט צו טאָג זייער גערימט אַלס ריי־כער קוואַל פון ענערגיע פאַרן מענטשן, רייך אין כלאָראָפיל, אַנגעלאָדן מיט וויטאַמינען A C און די גאָר וויכטיקע מי־נעראַלן: אייזן, קאַלציום און אַנדערע. אַנגעוויזן פאַר עלטערע מענטשן צו פאַרמינערן הויכן בלוטדרוק, גוט צו שטילן די נערוון און רעקאָמענ־דירט אַלס איינער פון די נויטיקסטע גרינסן צום געזונט. דאַרף אָבער ווי אַלע גרינסן, זייער גוט אָפּגעוואַשן ווערן, גוט און ציכטיק אָפּגעשיידט ווערן פון רעשטלעך זאַמד און גלאַט אַנגעפוילטע טיילן. דורך סאַלאַט כאַפּן זיך אָפט אַריין אין די קישקעס געפערלעכע ווערים, פּאַראַזיטן אין די געדערים פון מענטשן.

אוגערקעס. אַ געוויקס וואָס שטאַמט אָפּ פון אינדיע. איצט פאַר־שפּרייט אין אַלע לענדער. רייך אין אָרגאַנישע זאַלצן און די דריי וויכטיקע וויטאַמינען A B C צוליב דעם גע־שמאַקן טעם זיינען אוגערקעס געוואָרן אַ זייער וויכטיקער פאָלקס־שפּייז סיי גרין, סיי קאָנסערווירט. לײדער זיינען די קאָנסערווירטע און גע־זייערטע אוגערקעס אָפט געמאַכט מיטן ניט־דערלויבטן צום עסן עסיק־זויער, וועלכער איז פילמאָל ביליקער, ווי דער ריינער, אָבער איז דענאַ־טוראַליזירט מיט פורפוראַל, וואָס איז אַ שעדלעך שטאָף. דער קראָפּ צו־געגעבן ביים זייערן גיט אַ בעסערן טעם די אוגערקעס.

דער קנאָבל מיט זיין שאַרפן טעם, איז אַ גוטער מאָגן־אָנרעגער און געקאָכטערהייט לאַקסאַטיוו; ציבעלעס מיט אַן אייגנאַרטיקן ריח און טעם איז אַ גוטער אורין־טרייבער דוירעהייט; אַרטישאָק איז נוצלעך פאַר לע־בער־קראַנקע און דער שפּאַרגל וועמענס שטענגלעך ווערן געגעסן, לאָזט איבער אין דער השתּנה אַ שלעכטן ריח און מאַכט איר זויער (דערפאַר קענען עס ניט פאַרטראָגן קראַנקע אויף טריפּער).

נאָך פיל אַנדערע אָפּגעקליבענע גרינוואַרג בילדן מיט די פרוכטן דאָס אַמוויכטיקסטע פאַרן אויפבוי און אויפהאַלט פון אונזער אָרגאַניזם. זיי זיינען די צוגעגרייטע באַשיידענע שפּייז פאַרן בן יחיד אין דער נאַ־טור, וואָס האָט דערגרייכט די שטופּע פון זעלבסטבאַוואוסטזיין.

צענטער קאַפּיטל

רפואות אָפּצוהיטן די אויסערלעכע ריינקייט פון מענטשלעכן אָרגאַניזם

די הויט

די וויכטיקע אינערלעכע טיילן פון די פלאַנצן זיינען באַשיצט פון דרויסן מיט קאָרע אָדער שאָלעכץ, דער מענטשלעכער אָרגאַניזם האָט די הויט. אַלע קעמערלעך פון וועלכע עס באַשטייט דער גוף, זיינען פילבאַר, אָבער דער פילבאַרסטער אָרגאַן איז די הויט. מיט איר הילף קען מען זיך דערוויסן, וואָס איז וואַרעם און וואָס איז קאַלט, וועלכע פאָרמען האָבן די זאַכן, וועלכע געפינען זיך אַרום אונז, צי זיינען זיי האַרט אָדער ווייך, גלאַט אָדער שאָרסטקע. ביי שלאַנגען, וואו עס געפינען זיך ניט אויסערלעכע סימנים פון אויערן, זאָל די הויט פאַרמאָגן דעם חוש־השמיעה.

ביים מענטשן האָט די הויט אינגאַנצן אַ גרעב פון אַ מילימעטער, אָבער אויסער די פריער אויסגערעכנטע מעלות געפינען זיך אין איר די שווייס־דריזן, וועלכע העלפן אָפּרייניקן דעם קערפּער. עס איז דערוויזן געוואָרן, אַז אויב מען זאָל פאַרשמירן די הויט פון אַ חיה מיט אַ פול־שטענדיק אומדורכדרינגלעכער שטאָף, וועט די זעלבע שטאַרבן; בים־לעכוויז ווערט זי אינערלעך פאַרסמט און לסוף דערשטיקט. זי שיצט די איידעלע אָרגאַנען פון אונזער גוף און האַלט זיי אָפּגעשלאָסן פון דער דרויסנדיקער וועלט. אין אַזאַ לאַגע געפינט זיך די הויט אין שטענדיקן קאָנטאַקט מיט דער אַטמאָספער, מיט וואַסער, ערד און פאַרשיידנסטע

געצייג. די מיקראָבן און אינזעקטן קומען צו איר טאַקע פון יענע פּלע־צער. די וועגן און הינטערוועגן זיינען אין אַ סך פאַלן אומבאַקאַנט, אָבער דער ציל פון די פּאַראַזיטן, איז שוין גוט דערקענט געוואָרן. דער ציל איז: צו אַריינדרינגען אין בלוט־שטראָם און ערשט דן קענען זיי זיך פאַראַנקערן אין ערטער, וועלכע שטעלן אין געפאַר דעם מענטשנס לעבן.

עס איז דעריבער פון ערשטראַנגיקער וויכטיקייט אָפּצוהיטן די הויט־ריינקייט. קודם כל נוצט מען זייף.

זייף

ווען מען האָט אָנגעהויבן באַנוצן זיך מיט זייף, איז דערווייל אומ־מעגלעך צו דערגיין. אין דער תורה, ווערט יאָ דערמאָנט דאָס וואַשן, אָבער אַז מען זאָל האָבן באַנוצט אַ געוויסן מין זייף קען מען ניט אַרויסדרינגען. אין אונזערע בתי־מדרשים פלעגט ניט פעלן דער כיור און דער האַנטוך, אָבער זייף איז געווען טריף. ווירקלעך, איז די מערהייט זייף געמאַכט געווען מיט חלב. די רוימער האָבן יאָ געוואוסט און גלייכצייטיק פאַר־שפּרייט זייף, אָבער דאָס איז געווען מער צו קאָסמעטיק און ניט פאַר ריינקייט־צוועקן. פון די אויסגראָבונגען אין די פאַרשאָטענע שטעט, ווי צ. ב. אין פּאָמפּעא, זיינען געפונען געוואָרן רעשטן פון זייף־פאַבריקן. איבערהויפּט, פלעגט עס געמאַכט ווערן מיט אַש פון האָלץ און אָליוון־ביימל און אויך מיט חלב און אַש. אַזאַ פּשוטער אופן פון זייף־פאַברי־קאַציע איז ניט פריי פון גליצערין, שלעכטע ריחות און אויך בייסיקע שטאָפן. אין מיטלאַלטער איז די גאַנצע אינדוסטריע כמעט געלעגן אין מאַרסעל (פראַנקרייך) און אין קאַסטיליען אין שפּאַניע. אין פראַנקרייך איז טאַקע געווען אַ לאַנגע צייט די הויפּט־פאַבריקאַציע, דאָרט האָט מען מערסטן אויפגעקלערט דעם צוזאַמענשטעל פון זייף. היינט צו טאָג איז די זייף־פאַבריקאַציע פאַרשפּרייט אויף דער גאַנצער וועלט, אָבער אי־בערהויפּט, אין לענדער וואו חלב פעלט ניט.

זייף צעטרייבט דעם שמוץ און מיט היים וואַסער שנעלער ווי מיט קאַלט וואַסער. אַזוי אַרום ווערן אָפּגעטיילט פון דער הויט שעדלעכע שטאָפן און ברואימלעך. אויסער דעם אַלטן באַקאַנטן אַליוון־אייל, נוצט מען צו מאַכן זייף, קאָקאָ־אייל, פּאַלמען־אייל, מאַנדלען־אייל און פלאַקסן־אייל. די מעדיציניש־ע זייפן זיינען יענע, וועלכע טראָגן נאָך באַרעש־זויערס, אַנדערע אויך שוועבל און אויך קאַרבאָל, פּעך, סובלימאַט און אַנדערע אַנטיסעפּטישע שטאָפן. אָפּטרייבן דעם שמוץ און די פּאַראַזיטן, הן די וועלכע מען קען אַנטאַפּן, הן די אומזעבאַרע איז פאַרן מאָדערנעם מענטשן אַ וויכטיקע טאָג־טעגלעכע אויפגאַבע. דאָס געבן די האַנט אין צייכן פון באַגריסונג, געלט וואָס וואַנדערט פון האַנט צו האַנט און אַנדערע אופנים פון אַנשטעקונג, האָבן געמוזט דערפירן צו דער געזונטער געוואוינהייט צו אַ וואָס שנעלערער הענט־אָפּוואַשונג מיט אַ סך זייף. אַ מיינונג איז פאַראַן, אַז די הויכקייט פון דער קולטור פון אַ פאָלק לאָזט זיך מעסטן מיט דער הויכער אַנטוויקלונג פון דער זייף־אינדוסטריע.

זייפן־קאָרע

QUILLAY

די קאָרע קומט פון אַ זיד־אַמעריקאַנער אייביק־גרינעם בוים, וועלכער וואַקסט איבערהויפּט אין טשילע, פּערו און באָליוויע. די ווייסע העלצלעך פון זייפן־קאָרע, ווערן באַנוצט צו אַראָפּוואַשן פלעקן פון בגדים און צו וואַשן די קאָפּ־האָר. 40 גראַם אויף אַ ליטער וואַסער, פינף מינוט געקאָכט.

ליקאָפּאָד (בערנלאַפּע)

ליקאָפּאָד.
Licopodio

ליקאָפּאָד וואַקסט אין די וואַלדיקע געגנטן פון אייראָפּע, קיין אַרגענטינע ווערט עס אימפּאָרטירט. מען באַנוצט דעם דינעם געלן פּולווער, צו דער אויפגערייצטער און פאַרשוויצטער הויט. דער דאָזיקער פּולווער שווימט אויפן וואַסער, איז זייער גרינג און פלעגט אַמאָל באַנוצט ווערן אין די

טעאטערס צו סימולירן א שרפה, ווייל ער צינדט זיך שנעל און לאָזט ניט קיין רויך און ניט קיין גערוך. אַט די מעלה פון שנעלער אָנצינדונג דינט צו קענען אונטערשיידן פון אמתן ליקאָפּאָד ביז א צונויפמישונג פון פאַרשיידענע ביליקע שטאָפן. פּילן ווערן געהאַלטן אין דעם פּולווער, כדי זיי זאָלן זיך ניט צוקלעפּן.

קאַנפער. Alcanfor

דער קאַנפער ווערט ארויסבאַקומען פון א הויכן בוים ביז 40 מעטער די הויך, וואָס איז לעבנסלענגלעך. מען ווייסט פון טויזנטיעריקע קאַנפער ביימער. דאָס איז דער העכסטער בוים פון יאַפּאַן און כינע. מער איז באַקאַנט דער יאַפּאַנישער קאַנפער ווי דער, וועלכער ווערט אויסגעאַרבעט פון ביימער אויף די אינזלען באָרנעאָ, יאַוואַ, און סומאַטראַ און איז באַקאַנט אַלס באָרנעאָ־קאַנפער. די וואָרצלען און שטאַמען ווערן צעשניטן און שפּע־טער דעסטילירט, אַזוי אַרום שווימט דערנאָך ארויף דער קאַנפער אַלס עסענץ מיט זיין כאַראַקטעריסטישן ריח. לויט דער סטאַטיסטיק פון דער אינדוסטריע, איז פון 120 קילאָ קאַנפער־האָלץ מעגלעך ארויסצובאַקומען פון 2 ביז 3 קילאָ ריינעם קאַנפער. היינט צו טאָג ווערט עס שוין קינסט־לעך פאַבריצירט, און דער נאַטירלעכער קאַנפער ווערט אַלץ זעלטענער צו געפינען. מען פאַרווענדט גאָר גרויסע סכומים קאַנפער צו מאַכן צע־לולאָיד און אַנדערע פּלאַסטישע מאַטעריאַלן. צעלאָזן אין אַליוון־אייל, אָדער אַנדערע איילן נוצט מען עס אַלס מיטל צו שטילן הויט־בייסונג און אויך אַלס איינרייבונג צו רעוומאַטישע ווייטיקן. אָפט ווערט גענוצט אויך אין איינשפּריצונג אַלס סטימולירנדע מיטל. דאָ אין אַרגענטינע, איז מען געוואוינט אריינצולייגן אין א ביטעלע א קאַנפער־שטיינדל און אין די קאַלטע ווינטער־מאָנאַטן עס אָנהענגען אין די קליידער, איבערהויפּט אין די קינדער קליידער אַלס סגולה, צו אויסמיידן קינדער־קראַנקהייטן.

קאַרטאָפל קראָכמאַל Almidón de papas

קראָכמאַל געפינט מען בלויז ביי גע־וויקסן. אין היים וואַסער ווערט עס ווי א קליי און אויב מען זעצט פאָר דאָס קאָכן ווערט קראָכמאַל אינגאַנצן צעלאָזן. פון די וויכטיקסטע זיינען: דער קאַרטאָפל־

מענטשן, פלאַנצן און רפואות

קראַכמאַל, רייז, מאַיס און ווייץ־קראַכמאַל. דער קאַרטאָפל־קראַכמאַל ווערט אַרויסבאַקומען פון די קנוילן. ער ווערט באַנוצט אַלס גוטער און לייכטער אַלימענט, אויך אויף צו באַשיטן פאַרשוויצטע און אויפגערייצ־טע ערטער פון דער הויט. אַלס קאַטאַפלאַזמע: 10 גראַם צעלאָזן אין 100 גראַם וואַסער.

די קאַרטאָפל זאָלן אָפּשטאַמען פון טשילע און פערו, זיכער איז, אַז עס איז אַ זיד־אַמעריקאַנער פלאַנץ. אין אייראָפּע האָט מען צום אָנ־הייב קאַרטאָפל געפלאַנצט אַלס אָרנאַמענטאַלע פלאַנץ און די בלומען פלעגן גלאַנצן אויף קעניגלעכע טישן, פּונקט ווי די קנוילן פלעגן דינען אַלס שפּייז פאַרן הויכן אַדל; ערשט אין 1811, האָט בלויז אין פראַנק־רייך אַוועקגעשטעלט פאַבריקן צו אַרויסבאַקומען דעם קראַכמאַל, און ביסלעכווייז איז עס אַריינגעדרונגען צווישן פאָלק און געוואָרן אַ זייער באַליבט עסן. אין אַרגענטינע ווערט ביז היינט צווישן אַלע פאַבריקאַנטן מיט פאַרצוג נאָכגעזוכט בלויז קראַכמאַל.

ווייצן־קראַכמאַל. Almidón de trigo דאָס איז דער קראַכמאַל, וועלכער ווערט אָנגע־רופן: קראַכמאַל פון לאַנה, אָדער אַלמידאָן, אָדער ווייץ־קראַכמאַל. דער ווייץ איז אפשר דער עלטסטער געוויקס, וואָס באַגלייט אומעטום דעם מענטשן, פון כינע ביז סיביר און פון קאַנאַדע ביז אַרגענטינע.

ער ווערט באַנוצט צו באַשיטן די הויט, אויך אין אַ **קליסטיר** 1 לעפל קראַכמאַל צעלאָזן אין אַ גלאָז וואַסער. אין געוויסע פאַלן, ווען ביי אַ הויט־בייסונג, ווי **אורטיקאַריאַ**, ווערט רעקאָמענדירט אַ באָד מיט קראַכמאַל. אַ פערטל קילאָגראַם אויף 5 ליטער וואַסער.

מאַיסקראַכמאַל. Almidón de maíz דער מאַיס ווערט קולטיווירט אין אַלע לענדער, איבערהויפּט אין נאָרד־אַמעריקע און **אַרגענטינע**, פּאַסט זיך שנעל צו צו פאַרשיידענע קלימאַטן. פּונקט פאַרקערט, ווי אין נאָרד־אַמעריקע, איז ביי אונז אין אַרגענטינע נישט קיין גאָר לויפנדער אַרטיקל אין די אַפּטייקן; דאַקעגן אין דער כעמישער

אינדוסטריע, איז לעצטנס מאיס אריין אלס אומאפשאצבארער קוואל צו ארויסבאקומען די גלוקאזע, אלקאהאל און פארשיידענע מעלן, אויך אלס הייץ־מאטעריאל. אין אייראפע האט מען זיך באקענט מיט מאיס נאך קאלומבוסעס ערשטער רייזע און איז מיט דער צייט געווארן זייער א באליבט עסן אין אלע לענדער.

רייז־קראכמאל
Almidón de arroz

רייז ווערט היינט געפלאנצט אין אלע ווארעמע לענדער, איבערהויפט אין די פייכטע געגנטן. פון די רייז־קערנער, אויב מען שיילט אפ די שאלעכץ, פארלירט זיך די וויכטיקע וויטאמין B . ביי די פעלקער, ווי כינעזער און יאפאנעזער, וועמענס הויפט־שפייז איז רייז, אנטוויקלט זיך דאן די קראנקהייט בערי־בערי אדער פאלינעאוריטיס. אלס זייער ווייסער און דינער פולווער ווערט רייז־קראכמאל פארווענדט צו די פארשיידענע פערפומירטע טואלעט־פולווערס. אויך אין דער אלקאהאל אינדוסטריע. אויך אין א קליסטיר, א לעפל אין א גלאז וואסער, אויך צו באשיטן די אויפגערייצטע הויט.

אין די אפטייקן קויפט מען עס צו שטילן דעם לויזן־מאגן, איבערהויפט אין די זומער חדשים. אין דעם פאל ווערט א לעפל רייז־קראכמאל גוט אויפגעמישט מיט קאלט וואסער און מען לאזט קאכן ביז עס ווערט א קליי. אזא קאשקע איז א שפייז און אויך א מיטל צום לויזן מאגן (פארשטייט זיך אין לייכטע פאלן). אין אינדיע איז רייז נישט דער הויפט־שפייז, ער ווערט דארט פארעכנט אלס סימבאל פון גליק און אנרעגער צו ליבעס־באציאונגען.

גינאקארדיע אייל.
Aceite de Chalmogra

אויפן פנים, אויף די הענט און אנדערע טיילן פון קערפער באזעצט זיך דער צרעת (לעפרא). איינע פון די עלטסטע חולאתן אויף דער הויט וואס עס קען די געפלאגטע מענטשהייט. פיל רפואות זיינען מיטן לויף פון דער צייט געפרואווט געווארן צו דער לעפרא און די מאדערנע מעדיצין באנוצט היינט נאך דאס, וואס מען האט פאר טויזנטער יארן צוריק באנוצט אין אינדיע: דעם גינאקארדיע־אייל.

דער אייל ווערט ארויסגעפרעסט פון די זאמען פון גינאקארדיע־בוים. דאקטוירים ספעציאליסטן ווענדן אן דעם אייל אין זייער דעליקאטע הויט־איינשפריצונגען. אזא קורוציע פארציט זיך עטלעכע יאר. לויטן ארגענטינער געזעץ ווערט אזא חולה געהאלטן אפגעשלאסן פון דער גע־זעלשאפט ביז דער פולשטענדיקער קוראציע.

טאלו באלזאם (אמעריקאנער באלזאם).
Bálsamo de Tolú

דער טאלו בוים איז פאר־שפרייט אין זיד אמעריקע. דער באלזאם רינט ארויס פון בוים דורך די שפאלטן און אין קאנטאקט מיט דער לופט ווערט עס פארהארטעוועט; האט אן אנגענעמען ריח. היינט ווערט טאלו פיל באנוצט אין צוקערלעך און אויך אלס טאלו־סיראפ, איבערהויפט פאר קינדער ביים לייכטן הוסט.

פערואנער באלזאם.
Bálsamo del Perú

אלס שווארצער באלזאם, באקאנט געווען די אינדיאנער. ווערט עקסטראהירט פון א זייער פארשפרייטן בוים אין נארד־אמעריקע. וואקסט אויך אין צענטראל־אמעריקע, ווערט איבערהויפט באנוצט צו הויט־קראנקהייטן, אויך צו היילן קרעץ. ווערט אויך פארשריבן אין פאמאדעס צום האפל־אנטצינדונג. קרעץ, לייז, ווערן אין עטלעכע מינוט געטויט דורך איינרייבונגען מיטן פערואנער באלזאם.

וואטע
Algodón

וואטע אדער בוימוואל שטאמט פון געוויקסן, וואס דער מענטש האט באנוצט פון די עלטסטע צייטן. שוין אין אלטן מצרים, האט מען פון די פיברען, וועלכע וויק־לען ארום דעם זאמען אויסגעפארטיקט שטאפן פאר קליידער און ביז היינטיקן טאג איז אין מצרים די וואטע־פלאנטאציעס א קוואל פון רייכ־טום. אזוינע פלאנטאציעס ווערן סימבאליש אנגערופן „דער ווייסער גאלד" און זיי פארנעמען דעם ערשטן פלאץ אין מצרים, נארד־אמעריקע, בראזיל און אויך ארגענטינע. הגם ערשט אין 1900, איז אנגעהויבן גע־זוארן די פלאנטאציעס אין דער פראווינץ טשאקא. א פייכטע געגנט

חנא גארבער

מוז די געוויקס האבן און זייער פיל זון ביים ענדיקן די בליאונג. די ער־שטע פיברען זיינען לענגער און דעריבער פון העכערער קוואליטעט. כע־מיש באשטייט אזא פאדעם פון ריינע צעלולאזע און אלס אזעלכער, האט ער אומציילבארע פארווענדונגען אין דער אינדוסטריע. ערשט מיט דעם פארשריט פון דער פארבן־אינדוסטריע און מיט א צומישונג פון וואל איז וואטע געווארן די באזישע שטאף פאר בגדים. די כאראקטעריסטיק פון די וואטע־פיברען איז דאס וואס עס זאפט איין די פארשיידנסטע פליסיקייטן. אין פאל פון דעם בלוט־פלאזמע זויגט איין וואטע 10 מאל אזויפיל בלוט ווי די אייגענע וואג. ווען מען לאזט דער וואטע איינזאפן פעניק־זויערס, סובלימאט, אדער יאדאפארם ווערט עס א גוט אנטיסעפ־טיש פלאסטער.

אויך דינט וואטע אויף צו איבערזייען די פרעפאראטן. נאך א פרא־דוקט ווערט געמאכט מיט וואטע, אבער לײדער פארווענדט צו דער אינדוסטריע פון די אויפרייס־שטאפן. ווען מען לייגט אריין ריינע וואַ־טע אין א פליסיקייט, וואס באשטייט פון אזאט־זויער און שוועבל־זויער באקומט זיך דער אויפרייס־שטאף ניטרא־צעלולאז. מען קוועטשט פעסט אויס אט דעם שטאף פון רעשטלעך זויערס און מען גיט אים די פארם און מאס פון די פארשיידענע וואפן.

פולווער און דינאמיט שטיצט זיך אויף פאלגנדעס: אויב מען זאל עס א שטויס־טאן, אדער דערווארעמען ביז אנצינדונג, ווערט די גאנצע צוזאמענזעצונג פון דעם שטאף גאז, וועלכער מאכט א שרעקלעכן דרוק אויפן קויל און טרייבט אים מיט א מוראדיקער שנעלקייט.

אויב אין לאקאמאטיוו־קעסל, קען דער דאמף פון וואסער מיט זיין דרוק אזוי פיל אויפטון, ווי גרויס איז די קראפט, וואס עס קומט ארויס, ווען פון איין קילאגראם וואטע־פולווער אדער ניטראצעלולאז ווערן 982 ליטער גאז. און די טעמפעראטור ביים אויפרייס שטייגט ביז 6000 גראד? פון אויפרייס מיט דינאמיט קומט ארויס 1135 ליטער גאז און די טעמפעראטור דערגייט ביז 7000. אפט גייען ביידע משחיתים־

שטאָפּן צוזאַמען. אויך ווערט פון אָט די וואַטע־זאָמען אַרויסגענומען אַן עסבאַר־אייל.

ווען די פיברען מאַכן דורך אַ וואַנע פון קאַליום־הידראַט, באַקומען זיי מער דורכזיכטיקייט און זעען אויס ווי פון זייד. דאָס איז די מערסע־ריזירטע וואַטע, אויפן נאָמען פון דזשאָן מערסער, וועלכער האָט אין 1844 אויפגעקלערט די ווירקונג פון דעם לויג אויף וואַטע און אַז מער־סעריזירטע וואַטע ווערט אויפנעמבאַר פאַר פאַרבן.

רפואות צו ווערים און אינזעקטן

ומוראכם וחתכם, יהיה על כל חית הארץ ואל כל עוף השמים בכל אשר תרמש האדמה ובכל דגי הים בידכם נתנו. — מאַכט רש״י: וחתכם איז לשון לעבן כלומר אפילו א קינד, וואָס איז אַלט אַ טאָג. כל זמן עס לעבט באַדאַרף מען דאָס ניט היטן פון די עכברים און אַז דער מענטש איז טויט, ווען ער איז אפילו גרויס, ווי עוג מלך הבשן מוז מען אים יאָ היטן פאַר די עכברים. הייסט עס, אַז כל זמן דער מענטש לעבט, ציטערן חיות פאַר אים. דאָס איז טיילווייז ריכטיק. עס איז אָבער בשום אופן ניט חל אויף די בעלי חיים, וועלכע האָבן צו אַ טויטן קיין שום אינטערעס ניט, זיי דאַרפן גראָד וואַרעם, לעבעדיק מענטשלעך בלוט, זיי זוכן אַ מענטשן וועלכער זאָל עסן און טרינקען. אין אַזאַ פאַל בלויז, קענען זיי פאַרזעצן זייער עקזיסטענץ. זיי זיינען ניט קיין צופעליקע געסט, זייער גאַנץ לעבן איז אַ ביאָלאָגישע דראַנג צו דערשלאָגן זיך צום מענטשן און אַריינדרינגען גאָר טיף אין גוף, וואָס באַקוועמער, און בעסער צו אויספירן די מצווה: פרו ורבו. אויך געפינען זיך שטענדיק, אַ גרויסע צאָל מענטשן, וועלכע קענען ניט פירן קיין היגיעניש לעבן, צוליב אַ סך טרויעריקע, גאָר טרויעריקע סיבות און פון זיי ליידער ניט אָפּהענגיקע. דאָס מיינען מיר די גרויסע אַרמייען אין די טראָפּישע לענדער. די פליג און דער מאָסקיט, קרעץ, לייז, פליי און אַנדערע קאַלטבלוטיקע שונאים באַפאַלן ניט נאָר דעם קראַנקן און פאַרוואונדעטן, נאָר אויך דעם געזונטן. זייער אַ וויכטיקע ראָל שפּילט דאָס אומריינע וואַ־

חנא גארבער

סער, די שלעכטע לופט, די באַרירונג מיט אַ פאַרפּוילטן באָדן, אָבער גערענקען דאַרף מען די פאַרמיטלער, וועלכע העלפן אומברענגען די הויט — די אויסערלעכע פעסטונג און פאַרפעסטן דערנאָך דעם גאַנצן גוף.

בכדי זיך צו שיצן פון אָט די פאַרמיטלער, ווערן באַנוצט אַזוינע פּלאַנצן, וועלכע ברענגען זיי אום, אָדער טרייבן זיי אָפּ. אַ טייל פון אָט די פּלאַנצן הייסן אינסעקטיזידן.

די פליג קודם כל דאַרף געפירט ווערן דער קאַמף מיט דער שטוב־פליג. זי איז געשטעמפּלט געוואָרן אַלס שונא נומער 1 פון מענטשן. אָט פּויזעט די פליג אויפן מיסט און שמוץ, און באַלד אויף עסנוואַרג און שפּעטער, אויפן פּנים און אויף די ברעמען און ליפּן פון אַן אומשולדיק קינד. אגב ווערט זי אָנגעקלאָגט אין פאַרשפּרייטן טראַכאָם, קינדער־פּאַראַליז און טובער־קולאָז. די פליג חברט זיך מיטן מענטשן אין אַלע לענדער און ספּעציעל מיט די, וואָס וואוינען אין אַן אָרעם שטיבל. אין מיסט פון פערד, חזירים, קי און מענטשלעכע צואה לייגט זי אירע אייעלעך, דעריבער באַזוכט זי קלאָזעטן, שטאַלן, שמאַטעס, קליידער מיט אורין און בלוט אָנגעזאַפּטע. מיט איין וואָרט: אין אָפּפאַל און שמוץ. עס איז דעריבער אַן אומפאַר־ציילעכער טעות צו מיינען, אַז אַ פליג פאַלט אַריין אין עסן, אָדער טרינקען, איז נישט שעדלעך, און ווען אַ שפּין — איז יאָ שעדלעך. דער קאַמף קעגן דער פליג מיט אירע עקלדיקע און געפערלעכע געוואוינהייטן, איז גאָר ערנסט אין די הייסע לענדער. אַ פליג לייגט פאַר איינמאָל פון 100 ביז 150 אייעלעך און חזרט איבער די בריהשאַפט פינף, זעקס מאָל אין איר קורצן לעבן. מענטשן ניט קיין פוילע און מיט אַ פען אין האַנט האָבן אויסגערעכנט, אַז איין פליג ביי אַ גוטער קעסט קען איבערלאָזן אַ משפחה פון פינף טריליאָן פליגן און ווי זאָגט ש. ניגער: „אַ קליינע זאַך ווערט גרויס, ווען זי איז גרויס אין צאָל". איז די ערשטע זאַך דאַרפן פאַרניכטעט ווערן די אייעלעך. און דאָס ווערט דערגרייכט, פאַר־ברענענדיק דאָס מיסט (באַסורא) און אָפּהיטנדיק דורך גאַסן־קערער אַ שטרענגע ריינקייט אין די גאַסן, באַגיסנדיק די פאַרשמוציקטע פּלעצער

מיט שטאַרק אַנטיסעפּטישע מיטלען. צו פאַרניכטן די שטוב־פליג איז גוט ריצן־אייל, פלאַקסן־אייל, לאַרבער עסענץ און בעסער ווי אַלץ פּי־רעטרום אין פּולווער, אָדער פליסיקייט.

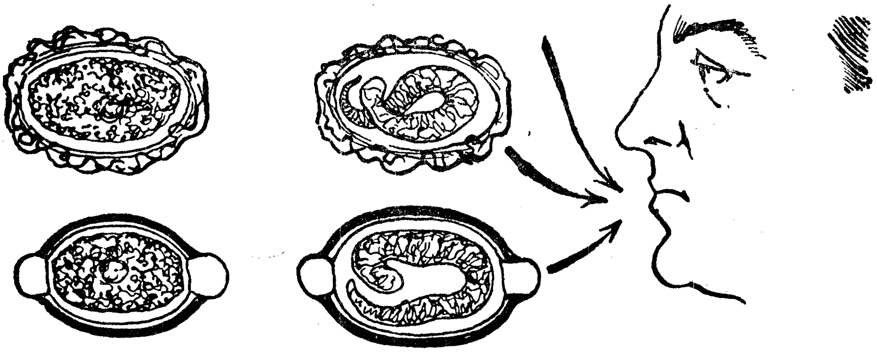
דער מאָסקיט

זייער אַ טרויעריקע אָנשיקעניש איז דער מאָסקיט. אויף אים האָט אַ גרויסער סטראַטעג זיך אויסגעדריקט פאָלגנדעס: „עס שרעקן אונז ניט די אָפענע שונאים מיט געווער אין האַנט, ווי די באַהאַלטענע מחנה מאָסקיטן. דאָס אויפבויען דעם פּאַנאַמאַ קאַנאַל איז איבערגעריסן געוואָרן צוליב די קראַנקהייטן, וואָס דער מאָסקיט האָט פאַרשפּרייט. ער איז דער פאַרמיטלער אין דער מאַלאַריע. מיט זיין טראָמפּע זויגט ער דאָס בלוט פון קראַנקן און דערנאָך קומט ער צום בלוט פון געזונטן און לאָזט איבער די געפערלעכע מיקראָבן, וועלכע רופן אַרויס די היינט כמעט אויפן גאַנצן ערד־קוגל פאַרשפּרייטע מאַלאַריע. אין אַרגענטינע זיינען די נאָרד פּראָווינצן פאַרוויסטעט צוליב די מאָסקיטן; איינער פון די בעסטע מיטלען צו פאַרטרייבן, אויב ניט פולשטענדיק צו פאַרניכטן דעם מאָסקיט, ווי די פליג איז פּירעטרום.

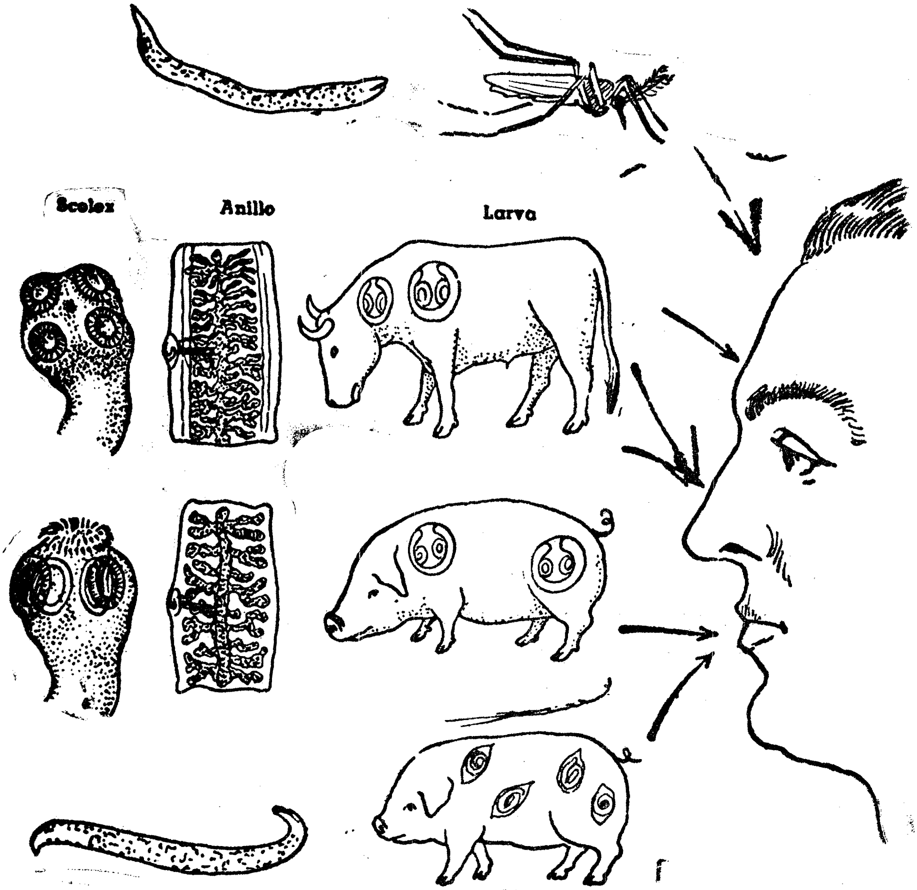
פּירעטרום
Piretro

דאָס איז אַ פּולווער פון גרינלעכן קאָליר, געמאַכט פון די בלומען פון פּירעטרום. עס זיינען פאַראַן צוויי סאָרטן: דער דאַלמאַטישער, וואָס וואַקסט אין יוגאָסלאַוויע און דער פּערסישער, אָדער דער פון קאַווקאַז. היינט צו טאָג, איינמאָל איינגעזען די וויכטיקע מעלות פון אָט דעם שטאָף אַלס בעסטער אינסעקטיזיד און גלייכצייטיק די אומשעדלעכקייט פאַר מענטשן, ווערט פּירעטרום מיט גרויס אייפער געפלאַנצט אין אַלע לענדער. פאַרן קריג פון 1939, פלעגט די מערסטע טייל געבראַכט ווערן פון יאַפּאַן, הגם ערשט אין 1881, האָט מען דאָרט אָנגעהויבן צו פלאַנצן פּירעטרום. זייער פיל ווערט איצט געפלאַנצט אין בראַזיל. אַלע אינסעקטיזידן וועלכע מען טרעפט היינט אין דעם האַנדל הן אין פאָרם פון פליסיקייט, אָדער פּולווער, ווערן אויסגעאַרבעט אויף דער באַזע פון אָט די פּירעטרום־בלומען. עס איז דער בעסטער סם פאַר די קאַלטבלוטיקע

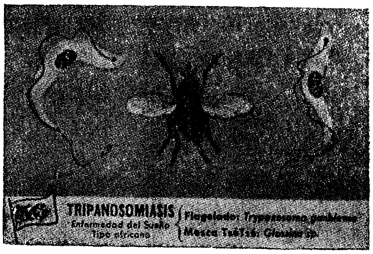
פאַראַזיטן־ווערעם, וועלכע עוואָלוציאָנירן דירעקט צום מענטשן און דרינגען אריין דורכן מויל מיטן שמוץ און מיטן עסן



פאַראַזיטן, וועלכע דרינגען אריין אין אונזער אָרגאַניזם מיט דער פאַר מיטלונג פון פליגן, מאָסקיטן, לייז, פליי, פיש און פלייש



פאַרמיטלער פון געפער־
לעכע קראַנקהייטן



שלאָף־קראַנקהייט

טיפוס

טיפוס

ASCARIS LUMBRICOIDES

אסקארידן

ENTEROBIUS VERMICULARI

אקסיורן

WUCHERERIA BAMCROFT

פערדעס־ווערעם

נר לעבנס־גאַנג
ון די גאַיצעם
(TEÑIAS)

TRICHINELA SPIRALI

טריכין

בעלי־חיים. דער ספּיראַל, וועלכער ווערט אין אַרגענטינע אַזוי שטאַרק באַנוצט אין די זומער חדשים צו פאַרטרייבן די מאָסקיטן, לאָזט אַ רויך פון פּירעטרום עטלעכע שעה נאָכאַנאַנד. דער אינזעקטיזיד איז ניט שעד־לעך פאַרן מענטשן.

טאַבאַק־פּולווער אין דער טאַבאַק־אינדוסטריע בלייבן רעשטן פון די בלעטער, וועלכע זיינען רייך מיט דעם געפערלעכן סם ניקאָטין, וועלכער ווערט אויך באַנוצט אַלס אינ־סעקטיזיד, איבערהויפּט צו גערטנעריי. אַלס הויז־אינסעקטיזיד איז טאַ־באַק־פּולווער געפערלעך.

דער פאָלגנדער פּולווער איז אַ גוטער אינסעקטיזיד:

נאַפטאַלין — — — — — — — — — —	10 גר.
פּירעטרום־פּולווער — — — — — — — —	90 גר.

2) פליסיקער אינסעקטיזיד:

פּירעטרום — — — — — — — — — — —	10 גר.
אַלקאָהאָל — — — — — — — — — — —	20 „
וואַסער — — — — — — — — — — — —	20 „

ק ר ע ץ קרעץ קריגט מען דורך דירעקטער אָנשטעקונג. דאָס פּאָפּולערסטע מיטל צו קרעץ איז די שוועבל־פּאָמאַדע און אָפּוואַשונג מיט שוועבל־זייף.

ל יי ז די דריי סאָרטן לייז, וועלכע מען קען טרעפן אויפן קערפּער און אין די קליידער ווערן איבערגעטראָגן דורך דעם דירעקטן קאָנטאַקט. פון שמוציקע קליידער, ניט גע־וואַשענע און ביי שמוציקע, פאַרלאָזענע קינדער, און אויך דורך גע־שלעכטלעכע באַציאונגען. דאָס זיינען די וועגן, וואָס ברענגען זיי צום ריינעם און געזונטן מענטשן. דער פליסיקער וואַזעלין און אַנדערע האָר־קאָסמעטיקס העלפן אָפּטרייבן די קאָפּ־לויז. אַלע פּעטראָלעאום־פּרעפּאַ־

ראטן טרייבן אַפּ די לויז. אַ גוטער מיטל פּטור צו ווערן דירעקט און פאר איינמאל איז פאלגנדע פארמול:

קסילאל — — — — — — — — — — 30 טראפּן
וואזעלין — — — — — — — — — — 30 גראם
(פאמאדע)

:: :: ::

די ביז איצט באשריבענע שרצים, זיינען געסט אויף אונזער גוף. עס זיינען אבער פאראן אזוינע, וועלכע דרינגען אריין טיף אינעווייניק, אין די געדערים און ברענגען פריער אדער שפּעטער צו גאר שווערע קאמפּליקאציעס. זיי דרינגען אריין דורך פארשיידענע וועגן.

וואסער דאס וואסער, דאס איז פון די אמנויטיקסטע סובסטאנצן צו אויפהאלטן דאס לעבן. ריין שפּרודל־דיק קוואל־וואסער איז דאס אידעאלע געטראנק, אבער די גרעסטע טייל באפעלקערונג הענגט אפּ, פון די צום גליק שוין אין די מערהייט שטעט אינסטאלירטע, וואסער־לייטונגען. דאקעגן אין ברו־דיק, שטייענד אדער פליסיק וואסער, ווערן פארשלעפּט דורך רעגנס, מענטשן, פייגל, אינסעקטן און געפגרטע בעלי חיים די אייעלעך פון די פארשיידנסטע ווערים הן קיילעכדיקע, הן פלאטשיקע, די געפערלעכסטע פאראזיטן פארן מענטשן. דער שטולגאנג פון טיפוס־קראנקע, איבערגע־לאזן אויף פעלדער און וועגן ווערט פארטראגן אין די וואסערן. פון דא־נען איז צו זען די גרויסע געפאר, וואס עס קען ליגן אין אזא ערשט־קלאסיקן אלימענט, ווי עס איז וואסער ווען עס איז ניט ווי געהעריק אפּגעהיט. אין די מאדערנע וואסערלייטונגען ווערן דעריבער טאג־טעג־לעך דורכגעפירט אנאליזן און מיקראסקאפּישע אונטערזוכונגען בכדי צו וויסן אין וועלכן צושטאנד עס געפינט זיך דאס וואסער פארן געברויך.

פלייש נאך א ברייטן וועג אריינצודרינגען אין אונזער אר־גאניזם האבן די פאראזיטן — דאס איז פלייש. פלייש פון כשרע און ניט קיין כשרע בהמות אדער חיות קענען אריינ־

פירן זייער געפערלעכע שונאים אין מענטשן. נאָך געפערלעכער איז דער פאַל מיט ניט קיין פרישע, צוגעפוילטע פלייש. אין דעם פאַל קען דער־פירט ווערן צו אַ שנעלן טויט. די ווערים אין די געדערים פון וועלכן קלאַס זיי זאָלן ניט זיין און ניט נאָר אין די געדערים, קענען אַנגעהויבן אָפּגעטריבן צו ווערן, בלויז נאָך אַן אונטערזוכונג און קאָנטראָל פון אַ דאָקטאָר און מיט די רפואות, וועלכע ווערן אונטער זיין אויפזיכט איינ־גענומען.

ווערמוט־בלעטער
Ajenjo

איינער פון די עלטסטע און מער באַנוצטע מיטלען צו ווערים, זיינען די בלעטער פון ווער־מוט, אָדער אַרטעמיסיאַ אַבסינטיאום. אַ געוויקס ביז אַ מעטער די הויך, וואַקסט אין אייראָפּעאישן רוסלאַנד, אַזיע און נאָרד־אַמעריקע. צוליב דעם אַנגענעמען ריח פון דער עסענץ ווערן מיט די בלעטער געמאַכט די פאַרשיידענע ווערמוט־משקאות. די אַרטעמי־סיאַס, זיינען שוין באַקאַנט געווען אין אַלטן מצרים. לויטן פאָלקס־באַ־נוץ ווערן פאַרבריט 15 גראַם בלעטער אַלס מאָגן־סטימול. אין גרעסערע דאָזעס: 5 גלעזער טעגלעך אַלס ווערים־אָפּטרייבער. אַלס טאַניקאַ:

ווערמוט בלעטער: 10 גראַם
ווייסער וויין: אַ ליטער.
(טאַניקאַ) — (5 טעג לאָזן זיך ווייקן) טרינקען צוויי גלעזעלעך טעגלעך פאַר יעדן עסן.

ווערעם־זוימען
Semen Contra

אַ געוויקס ביז אַ האַלבן מעטער די הויך. פלעגט זייער פיל געפלאַנצט ווערן אין אַזיאַטיש רוסלאַנד ביי די טייכן סיר דאַריאַ און אַרום דער אַזיערע באַיקאַל. אין פרוכט געפינט זיך דער זייער שטאַרקער סם סאַנטאָנין, וועלכער ווערט באַנוצט צו אָפּטרייבן די גאָר קליינע ווע־רימלעך: די אָקסיורן. די באַהאַנדלונג מיט ווערים־זוימען דאַרף שטיין אונטער אַ קאָנטראָל פון אַ דאָקטאָר. די וועלכע נעמען איין דעם סאַנ־טאָנין זעען ווייסע זאַכן ווי געלע און דער רויטער קאָליר זעט זיי אויס ווי אָראַנזש

פארן־קרויט
Helecho Macho

וואקסט ווילד אין די וועלדער פון אייראפע. עס ווערט באנוצט דער ווארצל, מען קאכט 60 גראם אויף א ליטער וואסער, 20 מינוט, טרינקענדיק אזוי עטלעכע טעג נאכאנאנד אויפן ניכטערן הארצן. ווערט באנוצט צו אפטרייבן דעם גאיעץ אדער Teñia, א פאראזיט וואס קען זיך אויסוואקסן פון 4 ביז 10 מעטער די לענג. צום מענטשן אין די געדערים קען דער גאיעץ אריינקומען עסנדיק דאס פלייש פון א בהמה, וועלכע איז אנגעשטעקט מיט גייצעס.

מער ווי דעם ווארצל דירעקט, ווערן באנוצט קאפסלען וואס אנטהאלטן אן עקסטראקט פון פארן־קרויט, וועלכע ווירקן שנעלער און זיכערער. דער אפפיר מיטל נאכן אויסטרינקען די רפואות טאר ניט זיין קיין ריצן־אייל, נאר ענגליש־זאלץ אדער א ציטרוס־לימאנאד.

קירבעס־זאמען
Zapallo

פיל פשוטער און ניט פארבונדן מיט געפארן, ספעציעל מיט קליינע קינדער, איז דאס באנוצן קעגן די טעניאס (גאיצעס) די קירבעס־זאמען. זיי באזיצן ניט קיין שעדלעכע שטאפן און האבן א גוטע און שנעלע ווירקונג אויף די ווערים. פאלגנדע ביליקע און פשוטע פארמול ווערט פארשריבן:

אפגעשיילטע קירבעס זאמען — — — — —	40 גראם
צוקער — — — — — — — — — — —	50 גראם

אראפשלינגען, ניט קייען. צוויי שעה נאכן לעצטן לעפל אן אפפיר־מיטל. אויך קען מען עס נעמען מיט האניק אדער מילך.

גראנאט־שאלעכץ
Cáscara de granada

עס ווערט באנוצט דער ווארצל, אויך דער שאלעכץ פון די פרוכטן, ספעציעל צום לויזן מאגן אין די זומער מאנאטן. די שאלעכץ פון די פרוכטן ווערט געגומען מיט מילך. אין ווארצל זיינען פאראן שטאפן שטארקערע קעגן ווערים.

צום לויזן מאגן פארבריט מען 100 גראם אויף א ליטער וואסער, דריי גלעזער טעגלעך.

חנא גארבער

ווערעם־קרויט. Tanaceta

א פארשפרייט געוויקס אין גאנץ אייראפע, איצט אויך אין פיל אנדערע לענדער. ווערט געטרונקען אלס מיטל צו וועקן דעם אפעטיט, אויך צו שטילן מאגן קראמפן.

די געוויינלעכע דאזע איז 10 גראם בלעטער אויף א ליטער וואסער, אויסטרינקען ביז דריי גלעזער טעגלעך. אין העכערע דאזעס ווי 30 גראם אויף א ליטער נוצלעך אלס אפטרייב־מיטל צו ווערים.

די ווערים ווערן ווי געפלעפט און דאן קענען זיי ארויסגעשטויסן ווערן מיט אן אפפיר־מיטל.

קאפיטל עלף

רפואות צום מאָגן, לעבער, נירן, נערוון און צו דער אינערלעכער אָפּרייניקונג בכלל

פון זייער אײדעלע אָרגאַנען איז צוזאַמענגעשטעלט דאָס מייסטער־ווערק — דער מענטשלעכער אָרגאַניזם. איבערטרעטנדיק די געזעצן פון דער נאַטור, פּילט אָן דער מענטש זיין בלוט מיט שעדלעכע שטאָפן, וועלכע שוואַכן אָפּ דעם מאָגן, לעבער, און נירן ווי אויך אַנדערע אָרגאַנען, טאַבאַק, אַלקאָהאָל, פיזישע און גייסטיקע ליידן, ירושה־קראַנקהייטן, דאַרף מען אויך אַריינרעכענען אין חשבון, ווי סיבות וועלכע דערפירן צו קראַנקהייטן. גרויס אַכט דאַרף מען לייגן אויף דעם געזונט פון די נערוון.

די נערוון

טראַכטן און חלומען צו דערגרייכן דאָס נאָענטסטע, דאָס אומבאַדינגט נויטיקסטע, איז דאָס ערשטע, וואָס עס עגבערט דעם מענטשלעכן מוח, טראַכטן און חלומען וועגן דער צוקונפט איז דאָס לעצטע, וואָס עס שטאַרבט אָפּ אין מענטשן.

אונזער גייסט איז ניט עפּעס אָן אויספלוס בלויז פון די געהירן, ווי צום ביישפּיל די גאַל פון לעבער, אָדער די זאַמען־פליסיקייט פון די געשלעכטס־אָרגאַנען, אויך איז דאָס נישט עפּעס א צוגעטשעפּעט, אָדער אָנגעהאַנגען וועזן געשענקט פון דער השגחה צו אָרעמען „בלוט און

פלייש", נייערט אָן אָפּשפּיגלונג פון דעם צושטאַנד צו וועלכן עס האָבן דערגרייכט אַלע צעלן פון אונזער קערפּער.

דורך מיליאָנען פעדימלעך — די נערוון — ווערט צוזאַמענגעבראַכט אין די געהירן, די שטימונג וואָס עס הערשט אין גאַנצן גוף און דאָרט בילדעט זיך אויס אַ פעלד פאַר דער אינטעליגענץ, פאַר די געפילן און פאַר דעם ווילן. ווען עס ווערן אָבער אָפּגעשוואַכט די נערוון, פאַרמאַטערט דער קאָנטראָל, דאַן צעטרייסלען זיך די אידעען ביים מענטשן און עס קומען אַרויס צווישן די טויזנטער איינבילדונגען — די גע־פערלעכסטע פון די געפערלעכע, די איינבילדונג, אַז מען ווערט פאַר־פאָלגט און פון אַלעמען פאַרלאָזט, אזא איינבילדונג איז פאַרשפּרייט צו־ליב די מלחמות אין די שטעט און שטעטלעך פון אייראָפּע. איבערלע־בונגען, וואָס צעטרייסלען דעם נערוון־סיסטעם דערפירן פּאַמעלעך אָבער זיכער צו דער טרויעריקסטער פון אַלע קראַנקהייטן: צו משוגעת.

ביי מענטשן מיט אַ קראַנקן מוח ווירקט אָפּטמאָל די סביבה זייער שעדלעך. אין אַ בוענאָס איירעסער קליניק פאַר משוגעים איז אויפגע־נומען געוואָרן צו קוראַציע אַ פּאַציענט, וואָס האָט זיך איינגעבילדעט, אַז ער איז אַן אייזל. גאָר פון אָנהויב האָט מען אים אין דער היים גע־רופן אייזל; ברידער און שוועסטער האָבן ניט אויסגעמיטן די געלעגנ־הייט אים אַזוי צו רופן און שפּעטער האָבן שוין ווילד־פרעמדע אין די גאַסן אים צוגעוואוינט צו דעם ביינאָמען. דער מענטש האָט זיך איינ־געבילדעט אַז ער איז טאַקע מער נישט ווי אַן אייזל און אָנגעהויבן מאַכן אָנשטעלן פון אַ בהמה. זיך איינבויגן ביים גיין, ווי דער גאַנג פון אַן אייזל, שטיין אַראָפּגעבויגן דעם קאָפּ, זיך ציען די אויערן, עקשנען זיך און ליגן אין הויף אין אַ ווינקל און צומרוטשען.

די זאָרג פאַר דער צוקונפט, באַגלייט פון אומעט, עלנט און דורכ־פאַל האָבן שוין פון די עלטסטע צייטן אָן איבערגעלאָזן קרבנות פון משוגעת אין די הויכע פּאַלאַצן, ווי אין די אָרעמע ענגע געסלעך.

אין תנ"ך ווערט געבראַכט דער פאַל מיטן ערשטן אידישן קעניג שאול המלך. די כהנים־קאַסטע בכלל און דער כהן גדול בפרט, נביאים

מענטשן, פלאַנצן און רפואות

מכּל המינים האָבן שוין געהאַט אַן אויסגעטראַטענעם וועג אין פּאַלקס־לעבן. שווער איז אויסגעקומען די איינפּעסטיקונג פון דער נייער — דער קעניגלעכער מאַכט. מיט גאַנץ קלאָרע שטריכן ווערט אַרויסגעבראַכט דאָס נאָכאַנאַנדיקע אונטערקומען פון געשעעניש, וועלכע דערפירן דעם קעניג צו א מרה־שחורה. איין געדאַנק עגבערט אָבער דעם קראַנקן מוח, ווי פאַרזיכערט מען דעם טראָן פאַר זיך און פאַר דער דינאַסטיע. שפּיזן וואַרפט שאול המלך אויף דודן, וועלכער קומט אים באַרואיקן מיט זיין פידל־שפּילן, אפילו דאַן, ווען ער איז שוין זיין איידעם. פון דער זעלבער געפאַר ראַטעוועט זיך אַרוים זיין זון יונתן.

די געפערלעכע פּסיכישע קריזיסן וועלכע שאול לעבט איבער, אַט אַנהאַלטנדיק זיך ביי די פּאַלעם פון שמואל הנביא און בעטן זיך ווי אַ לעמעלע, ביזן וואַרפן זיך מיט שפּיזן, ווילד ווי אַ טיגער, האָבן אים שוין באַגלייט ביז זיין זעלבסטמאָרד.

רעגירער, וועלכע האָבן אויסגעלאָזן זייער משוגעת צו דער אייגע־נער פאַמיליע זיינען אָבער געווען ווייניק, גרעסער איז ליידער די צאָל פון יענע, וועלכע האָבן ווי נעראָן, קיסר פון רוים, פאַרברענט און אומ־געבראַכט זיין הויפּטשטאָט און די פון אונזער צייט געברענט און אומ־געבראַכט אַ האַלבע וועלט. עס איז נאָך נישט קלאָר צי האָט זיי די משוגעת דערפירט צו דער מאַכט, אָדער די מאַכט האָט זיי דערפירט צו משוגעת.

צוליב באַקאַנטע און אומבאַקאַנטע סיבות ווערט פאַרטריבן די פרייד און דער געזונטער געלעכטער פון מענטשן, דער אומעט און מרה־שחורה פאַרנעמען זייער פּלאַץ. מיט יאָרן צוריק האָט זיך וועגן דעם אויסגעדריקט דער פראַנצויזישער שרייבער וואָלטער: מען האָט מיר דערציילט, אַז מענטשן זיינען געשטאָרבן פון לאַכן, מיין מיינונג איז אָבער, אַז מער מענטשן גייען אוים פון אומעט.

עס וואָגלט טאַקע אַרום און גייט נעבעך אוים אין די גרויסע שטעט אַן אַרמיי פון אומעטיקע, שרעקלעך־נערוועזע מענטשן. זיי הויבן אָן פאַר־

לירן דעם זכרון און דערגייען צו אַנפאַלן פון אַנדערע שוין גאָר ניט קיין פרייַלעכע, ליידער זייער טרויעריקע מוח־צערודערונגען.

אונטער אַ געניטער האַנט פון דער מעדיצין וואָלט די אַרמיי גע־דאַרפט שטיין, און נאָר דורך איר קען מען דערוואַרטן אַ דערהאָלונג. צו שלאָפלאָזיקייט, אויך וואָס מען הערט זיך באַקלאָגן אין אַלע קרייזן פון דער באַפעלקערונג און אַנדערע געמיט־צערודערונגען ווערן אַ סך רפואות באַנוצט צווישן פאָלק. קודם כל: לינדנבליטן Tilo, אַראָמאַטישער אייזנקרויט Cedrón, באַלדריאַן וואָרצל, האָפּן Lúpulo מאַראַנצן בלעטער און בלומען, מאַן־קעפּלעך, קאַמילן Manzanilla און אַנדערע.

אַ רייע פלאַנצן באַזיצן אייגנשאַפטן, וועלכע שטילן די יסורים פון די נירן: זיי פאַרגרעסערן דעם סכום פון דער השתנה, אָדער ווי אַנדערע פאַרקערט: זיי פאַרמינערן דעם צופלוס פון דער זעלבער. נאָך אַנדערע צווישן די, וועלכע מיר וועלן באַשרייבן וועקן דעם אַפּעטיט, שטילן מאָגן קראַמפּן און העלפן בכלל צו אַפּרייניקן אינערלעך דעם קערפּער.

אייל־בירט־בוים

OLIVO

דאָס איז דער אַלטער באַקאַנטער בוים, וועלכער ווערט שוין דער־מאָנט אין דער תורה. וואַקסט נאָך היינט ווילד, אָבער אָממערסטן טרעפט מען פלאַנטאַציעס גוט אָפּגעהיט און מיט וויסנשאַפטלעכע מיטלען גע־קולטיווירט. פון העברעאישן וואָרט (שמן) „זית" זאָל אָפּשטאַמען דאָס וואָרט (אין שפּאַניש) „אַסעיטונאַ". דער אייל־בירט־בוים איז לעבנס־לאַנג. לויט לעגענדעס געפינען זיך אין ירושלים אייל־בירט־ביימער, וואָס זאָלן האָבן בייגעווען די קריסטוס־געבורט ביזן לעצטן חורבן. אין שפּאַ־ניע איז לויט אַ סטאַטיסטיק פון די לעצטע יאָרן געווען ביז צוויי הונ־דערט מיליאָן אייל־בירט־ביימער. אַזאַ בוים, אויב מען זאָל אים פלאַנצן פון אַ זאָם, דויערט 12 יאָר ביזן ערשטן פולן שניט. די אמתע גערעטע־

מענטשן, פלאַנצן און רפואות

ניש קומט יעדע זיבן יאָר, אָבער מיט היינטיקע וויסנשאַפטלעכע מעטאָדן, קען מען קריגן אַ גערעטעניש כמעט יעדן יאָר. דער איילבירט־בוים, אַלס אייביק גרינער, מוז האָבן פיל זון און פרישע לופט. דעריבער פלאַנצט מען זיי אָפּגערוקט איינעם פון צווייטן. אין טייל לענדער ווערט אויסגענוצט דער צווישן־באָדן אויף צו זייען האָבער. די אַסעיטונע, אַזוי באַליבט אין אַרגענטינע, איז ווען די פרוכט פון איילבירט־בוים, ווערט אָראָפּגעריסן גרינערהייט און קאָנסערווירט אין עסיק.

דעם שם האָט דער בוים צוליב זיין אייל, אָדער פשוט בוימל. פון בעסטן סאָרט איז פון דער ערשטער אויספּרעסונג. דער צווייטער און דריטער סאָרט, האָט מער ווי אַלץ אַן אינדוסטריעלן ווערט. פאַר דער אייל־פאַבריקאַציע ווערט די פרוכט אַראָפּגענומען, ווען זי איז שוין, איבערצייטיק. דער בעסטער סאָרט אָליוון־אייל איז כמעט אָן קאָליר, אויב ער איז גרינלעך, איז פון די רעשטן פון כלאָראָפיל. הן פאַר דערנערונג, הן אַלס רפואה איז אָט דער אייל פון די מער באַנוצטע און באַליבטסטע.

אין אַלטן מצרים, ווי עס ברענגט דער „עבערט פאַפּירוס", האָט מען אים שוין באַנוצט; אין גריכנלאַנד פלעגט מען אויף די געלט אויסקריצן צווייגן פון איילבירט־בוימער און די קעניגן זאַלבן מיטן אייל. אַ צווייג פון דעם בוים איז געווען אַ סימבאָל פון שלום.

קיין אַרגענטינע זיינען די זאָמען אריינגעפירט געוואָרן מיט די שפּאַניער פון טשילע. דער קעניג קאַרל דער דריטער, האָט אָבער פאַרווערט די אַנטוויקלונג פון איילבירט־פּלאַנטאַציעס. מער אימפּולס צו פלאַנצן און אַנטוויקלען די אַזוי וויכטיקע אייל־אינדוסטריע, איז געגעבן געוואָרן אַ דאַנק דער ערשטער וועלט־מלחמה, ווייל מען האָט ניט געקענט אימפּאָרטירן פון אייראָפּע.

אין די אַפּטייקן ווערט פּרעפּארירט דער קאַנפער־אייל אויפן פאָלגנדיקן אופן:

קאַנפער — — — — — — — — — — 10 גראַם
אָליוון־בוימל — — — — — — — — — 90 „

אויף א שטילן פייער ווערט עס געוואַרעמט ביז דער קאָנפּער צעי־לאָזט זיך און נאָכן אָפּקילן זיך קען דער פּרעפּאַראַט שוין באַנוצט ווערן צו איינרייבונגען. די מערהייט איינשפּריצונגען, ווערן געמאַכט מיט דעם אייל.

אין דער פאָלקס־מעדיצין ווערן אויך אָנגעווענדעט די בלעטער אַלס האַרץ־טאָניק, צו א נירן־אָפּרייניקונג און צו רעוומאַטיזם.

מען פאַרקאָכט דרייסיק גראַם בלעטער אויף א ליטער וואַסער. דריי גלעזער טעגלעך.

אייקאַליפּטוס

EUCALIPTO

אן אויסטראַלישער בוים, וועלכער דערגרייכט צו א קאָלאָסאַלער הויך ביז 100 מעטער. היינט, אויסער די גאָר קאַלטע לענדער, ווערט דער אייקאַליפּטוס געפלאַנצט אין אַלע לענדער פון דער וועלט. אין ארץ־ישראל איז דער אייקאַליפּטוס בוים אַריינגעפירט געוואָרן דורך די אידן. מיטן גיכן וואַקסן און גוטע אַנטוויקלטע וואָרצלען האָט ער געהאָלפן אויסטריקענען די זומפּן, וועלכע זיינען געווען א קוואַל פון מאַלאַריע אין פּאַלעסטינע. דאָרט רופט מען דעם אייקאַליפּטוס: דער „אידישער בוים". א וואַלד פון אייקאַליפּטוס זאַפּט אָן די לופט אַרום מיט אַנטי־סעפּטישע שטאָפן. צוליב דער ספּעציעלער דיספּאָזיציע פון די בלעטער, איז אַזא וואַלד ניט זייער באַשאָטנס, קענען די זונען־שטראַלן צוקומען צום שטייענדן וואַסער און העלפן די אויסטריקענונג. די בלעטער ווערן באַנוצט אַלס רפואה צו פאַרקילונג.

30 גראַם בלעטער אין א ליטער וואַסער, טרינקען פיר גלעזער טעגלעך. אויף צו פאַרטרייבן שלעכטע ריחות ווערן די בלעטער געברענט, אָדער לאָזנדיק קאָכן אין וואַסער, בכדי די פּאַרע זאָל אָנפילן די לופט. ווען די פּאַרע ווערט איינגעאָטעמט, אויספילנדיק די נאָזלעכער און האַלז־חלל, דאַן איז עס אַן אינהאַלאַציע.

אָריגאַן בלעטער

OREGANO

ווערט באַנוצט אַלס סטימול צום אַפּעטיט און צו פאַרלייכטערן די פאַרדייאונג, אויך צו אַסטמע.

30 גראַם אויף אַ ליטער וואַסער, געקאָכט 15 מינוט. דריי גלעזער טעגלעך.

אַראָמאַטישער אייזנקרויט

CEDRON

זייער אַ פאַרשפּרייט געוויקס אין אַרגענטינע. ווערט באַנוצט אַלס מיטל צו באַקעמפן שווערע פאַרדייאונג, אויך צו שטילן מאָגן־ווייטיק און אין מאָמענטן פון נערוועזיטעט, אָדער שווער־געמיט.

דרייסיק גראַם אויף אַ ליטער וואַסער, דריי גלעזער טעגלעך.

אַמבאַי בלאַט

AMBAY

וואַקסט אין אַרגענטינע. ווערט באַנוצט צו שטילן דעם הוסט אין זיינע פאַרשיידענע פאָרמען, אויך צו כראָנישן בראָנכיט און קייך־הוסט. 30 גראַם אויף אַ ליטער וואַסער, קאָכן 10 מינוט, 5 גלעזער טעגלעך. פאַר קליינע קינדער ווערט געמאַכט אַ סיראָפּ פון אַמבאַי, צושיטנדיק אַ פערטל קילאָ צוקער אין אַ ליטער געקאָכטע בלעטער. יעדע פיר שעה — אַ טיי־לעפעלע.

אַלטעע-וואָרצל און בלעטער

ALTEA MALVAVISCO

וואַקסט אין אייראָפּע, אַזיע און קולטיווירט איצט אין אַלע לענדער. ווערט באַנוצט צו שטילן דעם הוסט, צו אינערלעכע האַלז־ווייטיק.

מען פאַרבריט 30 גראַם אויף אַ ליטער וואַסער, 4 גלעזער טעגלעך.

אַניס — גרינער אַניס

ANIS VERDE

א געוויקס פון געגנטן אַרום מיטללענדישן ים. ווערט היינט זייער פיל קולטיווירט אין אַלע לענדער. עס ווערן באַנוצט די זאָמען צו שווע־רער פאַרדייאונג. אויך זאָלן די זאָמען פאַרמערן ביי זויגנדע פרויען די מילך. דרייסיק גראַם אין א ליטער וואַסער, דריי גלעזער טעגלעך.

אַנעמאָנע — וואָלף־בלום

ANEMONA

זייער פאַרשפּרייט אין אייראָפּע. ספּעציעל אין פראַנקרייך, אין פרילינג. די גרויסע בלומען קאָליר וויאָלעט האָבן אַרויסגערופן א באַ־גייסטערונג ביי דיכטער אין אַלע שפּראַכן. דער אידישער דיכטער ניידוס האָט אין זיינע באַלאַדן שטענדיק דערמאָנט די אַנעמאָנע.

עס ווערט באַנוצט צום הוסט. 30 גראַם אין א ליטער וואַסער, קאָכן 15 מינוט. דריי גלעזער טעגלעך.

איווע־קאָרע

SAUCE

וואַקסט היינט צו טאָג אין אַלע לענדער, ביי די ברעגן פון אָזיערעס, טייכלעך און זומפּן. עס ווערן געמאַכט קערב און רייפלעך פון די דינע שטאַמען און צווייגן. פלעגט אַמאָל א סך געטרונקען ווערן אַלס מיטל צום פיבער און רעוומאַטיזם, איידער מען האָט געקענט די איינגנשאַפט פון כינע־קאָרע.

דרייסיק גראַם אויף א ליטער וואַסער, קאָכן 15 מינוט. דריי גלע־זער טעגלעך.

אייזנקרויט, אָפּיצינעלער

VERBENA

זייער אַ פֿאַרשפּרייט געוויקס אין אייראָפּע און אַזיע. אַלס מיטל צו אַ סך שלאָפֿקייטן. צווישן אַנדערע: צו לעבער ווייטיק און צום מאָגן. דרייסיק גראַם אויף אַ ליטער, קאָכן 20 מינוט. 4 גלעזער טעגלעך.

בענזאָע

BENJUI

אַן עקסטראַקט, וואָס ווערט אַרויסגעצויגן פֿון ביימער, וואָס וואַקסן אויף אינזלען אַרום אינדישן אָקעאַן. עס ווערט גענוצט צו רייבערן אין די וואונדן צוזאַמען מיט מירע.

אַלאָע

ALSE

דאָס איז אַ זאַפֿט פֿון אַ געוויקס פֿון אַפֿריקע. אַלס מיטל צו פֿאַר־גרעסערן דעם אַפּעטיט. אַ האַלבער גראַם גענומען פֿאַרן שלאָף ווירקט לאַקסאַטיוו. צוויי גראַם איז שוין אַן אָפּפֿיר־מיטל. ניט געוואונטשן פֿאַר שוואַנגערנדע פֿרויען און פֿערזאָנען, וואָס ליידן אויף מערידן.

שטערן־אַניס

ANIS ESTRELLADO

די זאָמען פֿון שטערן־אַניס ווערן איצט זייער פֿיל באַנוצט. עס וואַקסט ווי אַ בוים, אין כינע, יאַפּאַן און אַרומיקע אינזלען. ווערט גע־טרונקען אַלס מיטל צו בויך־קראַמפּן פֿאַר קינדער. גענוג איין שטערנדל אויף אַ גלאָז טיי. דריי לעפֿעלעך טעגלעך.

פאר דערוואקסענע: דרייסיק גראם אויף א ליטער. דריי גלעזער טעגלעך.

באַלדריאַן-וואָרצל

VALERIANA

וואקסט אין אייראָפּע און אזיע און אין די לענדער ארום מיטללענדישן ים. ספּעציעל באנוצט קעגן שלאָפלאָזיקייט, צו שטילן די נערוון.

דרייסיק גראם אויף א ליטער וואסער, פיר גלעזער טעגלעך.

ביטערהאָלץ

CUASIA

וואקסט אין צפון בראזיל און אינזלען ארום צענטראַל-אמעריקע. באנוצט אויף צו ארויסרופן דעם אפּעטיט, איבערהויפּט אויפן ניכטערן הארצן. 30 גראם ביטערהאָלץ געווייקט דריי שעה אין א ליטער וואסער. דריי גלעזער טעגלעך.

בעריאָזע-בלעטער

ABEDUL

א זייער שיינער בוים, אין אייראָפּע און קאנאדע. די בעריאָזע בלעטער ווערן אלס פאָלקס-רפואה באנוצט צו א סך קראנקהייטן. דער וואָרצל, די קאָרע און די בלעטער גילטן אלס גוטער מיטל צו פארגרעסערן די השתנה, היילן הויט-קראנקהייטן און קעגן רעמאטעם. אויך אלס מיטל צו פארלייכטערן די שווערע פארדייאונג. מען פארקאָכט 20 גראם בלעטלעך אויף א ליטער וואסער (צושטענדיק טרינק-סאָדע, אזוי ארום קען צעלאָזט ווערן דער פּעך). פון בעריאָזע-זאַפט ווערט אין די באלטישע לענדער געמאכט א שכרות-געטראנק. דער פּעך דינט צו געבן דעם כאַראקטעריסטישן גערוך די רוסישע פעל און פוטערס.

בוקאַ-בלאַט

BUCHU

א פלאַנץ, וואָס שטאַמט אָפּ פון דרום אַפריקע. די בלעטער פאַר־קאָכט 15 גראַם אויף אַ ליטער ווערן באַנוצט צו פאַרגרעסערן די השתנה, פאַרלייכטערט דאָס אָפּפליסן פון דער זעלבער. פריער פלעגט עס רעקאָ־מענדירט ווערן צו קראַנקע מיט טריפּער, ווי אויך צו לעבער־ווייטיקן.

באָרעטש-בלום

BORRAJA

א פאַרשפּרייט געוויקס אין אַלע לענדער און באַנוצט פון די עלט־סטע צייטן אַלס היילמיטל. די בלעטער און בלומען ווערן פאַרבריט אין אַ פּראָפּאָרץ פון 30 גראַם אויף אַ ליטער וואַסער. דאָ אין אַרגענטינע ווערט עס געגעבן ביי מאָזלען, שקאַרלאַטין און פאַרקילונגען בכלל. אויך ווען מען וויל דער חולה זאָל שוויצן. ביז פיר גלעזער טעגלעך.

אַרניקע-בלומען

ARNICA

וואַקסט אויף די אַלפּן און אַנדערע בערגיקע געגנטן. ווערט פון פאָלק באַנוצט אַלס קאָמפּרעס צו אַ וואונד, אויך ביי פאַלן פון אַ קלאַפּ, אָדער אַ בייל. צום טרינקען אַלס שטילן די נערוון און אויך צו נירן־ווייטיקן און רעמאַטעס (איז לעצטנס פאַרווערט). עס ווערן פאַרקאָכט 10 גראַם אויף אַ ליטער. צוויי גלעזער טעגלעך.

גראָז-וואָרצל

GRAMILLA

וואַקסט איבער פעלדער אין איירָאָפּע און אַנדערע לענדער. ווערט באַנוצט אין דער פאָלקס-מעדיצין אַלס דיאורעטיק.

20 גראַם אויף אַ ליטער וואַסער, קאָכן 10 מינוט.

גואיאַקאָ-האָלץ

GUAYACO

א בוים פון מעקסיקע און אינזלען ארום צענטראל אמעריקע. ווערט גערופן אין יענע לענדער: דער „הייליקער שטעקן”. ווערט באנוצט צום בלוט-אפריינינקונג, אויך צום רעוומאטיזם און הוסט.

50 גראם ווערט געקאָכט 20 מינוט אין א ליטער וואסער. פיר גלעזער טעגלעך.

גואַקאָ-וואָרצל

GUACO

וואקסט אין זיד אמעריקע. צו אפרייניקן דאָס בלוט. אויך אלס טאָניק. אויך צו צוקער קרענק. ווערט באנוצט צו הויט-בייסונגען.

20 גראם אויף א ליטער וואסער, קאָכן 15 מינוט. דריי גלעזער טעגלעך.

גואַיקורו-וואָרצל

GUAYCURU

א זייער פארשפרייט זיד-אמעריקאנער פלאנץ. וואקסט אין ארגענטינע, טשילע און בראזיל. באנוצט צו אפשטעלן דעם לויזן מאָגן און אין דער פאָלקס-מעדיצין צו אויסמיידן א פארשפעטיקונג אין די מאָנאטלעכע ביי פרויען. 20 גראם אויף א ליטער וואסער, קאָכן 20 מינוט, פיר גלעזער טעגלעך.

דעמבאָווע קאָרע

ENCINA

א גוט באקאנטער בוים אין אייראָפּע. ווערט באנוצט אין א קליסטיר צום לויזן מאָגן, אויך צו שווענקען און וואשן דאָס מויל און די

פיס, צו טרינקען,ביים בויך־קראמפן. 20 גראם אויף א ליטער וואסער, 20 מינוט קאכן, דריי גלעזער טעגלעך.

האָפּן

LUPULO

זייער פּאָפּולער אין אייראָפּע, ספּעציעל פאר דער ביר־אינדוסטריע, צוצוגעבן דעם כאראקטעריסטישן ריח פון דעם געטראנק. ווערט באנוצט אלס טאָניק, אויך צו בלוט־אפרייניקונג, קעגן שלאָפלאָזיקייט און נער־וועזיטעט.

30 גראם אויף א ליטער וואסער, 20 מינוט קאָכן, פיר גלעזער טעגלעך.

היי־בלומען

HENO

זייער א פארשפּרייט געוויקס. ווערט באנוצט אלס מיטל צו ארויס־רופן דאָס שוויצן און פלעגט אויך באנוצט ווערן צו פארקלענערן דעם פיבער.

30 גראם אויף א ליטער וואסער, דריי גלעזער טעגלעך.

אויך אויסערלעך, ווי א קאָמפּרעס צו צוהיילן די עפענונג פון גע־שווירן.

וועראָניקע בלעטער

VERONICA

זייער פארשפרייט אין אייראָפּע און אויך אין אנדערע קאָנטינענטן. אלס מיטל צו סטימולירן, דעם אפעטיט, אויך צו נירן־ווייטיקן, ווי צו שווערער פארדייאונג פון די עסנס.

30 גראַם אויף אַ ליטער וואַסער, געקאָכט 15 מינוט. דריי גלעזער טעגלעך.

דריי־בלאַט

TREBOL

פאַרשפּרייט אין אַלע לענדער. אָפט ווערן פאַרמישט מיט פאַשע פאַר בהמות און רופט אַרויס אַ געפערלעכן בלוט־שטורץ, וואָס קען דער־פירן ביז דעם טויט פון דער בהמה.

פלעגט ווערן באַנוצט צו פאַרקלענערן דעם פיבער. 10 גראַם אויף אַ ליטער וואַסער, דריי גלעזער טעגלעך.

זאַפראַן־גריפלען

AZAFRAN

אַ פלאַנץ, וועלכע מען טרעפט ווילד אין אַזיע און אויף די באַל־קאַנען. ספּעציעל געקולטיווירט אין שפּאַניע, איטאַליע און פראַנקרייך. די גריפלען ווערן מער נאָכגעזוכט, ווייל אין פולווער געפינט מען צומי־שונגען פון אַנדערע סאָרטן פלאַנצן. עס ווערט באַנוצט צום מאָגן־סטי־מול אויך לייכטער צו פאַרדייען. מען שרייבט צו די גריפלען אַן אייגנ־שאַפט צו העלפן אַבאָרטירן, אויך אַלס דיאורעטיק.

2 גראַם אויף אַ ליטער וואַסער. צו אויסטרינקען דורכן מעת לעת.

זונבלום

GIRASOL

וואַקסט אין אַלע לענדער. די זאָמען ווערן באַנוצט צו שטילן דעם פיבער, ווי אויך אַרויסרופן ביי לייכטע פאַרקילונגען, אַ דורכשוויצונג פון חולה. 20 גראַם זאָמען אויף אַ ליטער וואַסער, דריי גלעזער טעגלעך.

זיס־האָלץ

OROZU - REGALIZ

וואקסט נאָענט ביי טייכן אין איטאַליע, שפּאַניע און אין אַנדערע לענדער אַרום מיטללענדישן ים. עס ווערן פאַרקויפט די וואָרצלען ווי לאַנגע און דינע שטעקעלעך. ווערט באַנוצט אַלס אַ לייכטער לאַקסאַטיוו, אָבער איבערהויפּט צו פאַרקילונגען און ווייטיקן אין האַלז. עס ווערן אויך פאַרקויפט צוקערלעך מיטן עקסטראַקט פון אָראָזו. פאַרברייען 20 אָדער 30 גראַם אויף אַ ליטער וואַסער. דריי גלעזער אָדער מער טעגלעך.

האַמאַמעליס־בלאַט

HAMAMELIS

אַ קליינער בוים פון נאָרד־אַמעריקע. מען נוצט אַלס רפואה די קאָרע און די בלעטער. פון די הויפּט רפואות ביי די אַמאָליקע אינדיאַנישע שבטים פון נאָרד־אַמעריקע. אַלס מיטל צו נאָרמאַליזירן די מענסטרואַציע, אויך צו מערידן און בכלל צו שטילן אַ בלוט־שטורץ. מען פאַרברים 20 גראַם בלעטער אויף אַ ליטער. דריי גלעזער טעגלעך.

טאַמאַרינדן־פרוכט

TAMARINDO

אַ בוים וואָס וואַקסט אין עגיפּטן און אינדיע, געפלאַנצט אויך אין בראַזיל. צוקער־קראַנקע טאָרן עס ניט באַנוצן, ווייל עס האָט גלוקאָזע. אַלס מיטל צום האַרטן מאָגן, אין גרויסע דאָזעס אַ גוט אָפּפיר־מיטל.

15 גראַם צולאָזן אין אַ ליטער וואַסער, צוויי גלעזער טעגלעך.

טאַבאַק־בלאַט

TABACO

שטאַמט פון צענטראַל־אַמעריקע, היינט צו טאָג זייער אַ פאַרשפּרייט געוויקס, צוליב דער אומגעהויער גרויסער צאָל רויכערער. עס

איז אינגאַנצן פאַרנאַכלעסיקט געוואָרן דאָס באַנוצן אין דער פאָלקס־מעדיצין דאָס בלאַט. לויטן אַרגענטינער געלערנטן דר. ראָפּפּאַ איז אין דעם טאַבאַק פאַראַן געוויסע שטאָפן, וועלכע פאַראורזאַכן דעם ראַק אין די ליפּן, צונג און אויך טיפער אין האַלז. מסתמא ביי מענטשן מיט אַ געוויסער נייגונג צו אָט דער קראַנקהייט.

קסאַנטיאום דאָרן

CEPA CABALLO

וואַקסט אין אַרגענטינע. אַלס מיטל צו שטילן ווייטיקן אין אורין פענכער, רעומאַטיזם און לעבער קראַנקהייטן.

30 גראַם אויף אַ ליטער וואַסער, 15 מינוט קאָכן, דריי גלעזער טעגלעך.

הינדל־גראָז

YERBA DE POLLO

זייער פאַרשפּרייט אין אַרגענטינע. אַלס מיטל צו העלפן אין פאַלן פון שווערער פאַרדייאונג. אויך אַלס מיטל צו אָפּרייניקן די בלוטן.

30 גראַם אויף אַ ליטער, 15 מינוט קאָכן, דריי גלעזער טעגלעך.

פעלד־הינדל־גראָז

YERBA DE LA PERDIZ

צו בלוט־אָפּרייניקונג. אויך איז אָנגענומען אין דער פאָלקס־מעדיצין צו באַנוצן עס צו נירן־ווייטיקן.

30 גראַם אויף אַ ליטער, פיר גלעזער טעגלעך.

פאַסטוך-בייטל

BOLSA DEL PASTOR

ווערט באַנוצט צו שטילן בלוט־שטורצן, דאָס ברעכן מיט בלוט, אויך צו מערידן.

פאַרבריען 30 גראַם אויף אַ ליטער. 3 גלעזער טעגלעך.

ווענוס-האָר

CULANTRILLO

וואַקסט פיל אין די אַמעריקאַנער לענדער. די בלעטער האָבן אַ פיל־פאַכיקן באַנוץ. צו שטילן דעם הוסט און צו כראָנישע פאַרקילונגען פאַר־ בריט מען 60 גראַם אין אַ ליטער וואַסער. אויך ווערט באַנוצט אַלס גור־ טער האָר־טאָניק. מען פאַרבריט 100 גראַם אויף אַ ליטער און מען רייבט איין די האָר. פון דאַנען שטאַמט אָפּ דער נאָמען פון דער פלאַנץ.

מער ווי אַלץ אָבער נוצט מען די בלעטער אין אַ פאַרבריאונג פון 10 גראַם אויף אַ גלאָז צו נאָרמאַליזירן די מענסטרואַציע.

עפעדרע

EFEDRA

עפעדרע איז אַ זייער פאַרשפּרייט געוויקס אין כינע. אַנטדעקט גע־ וואָרן אין אונזער יאָרהונדערט. די זעלבע כעמישע סובסטאַנצן ווי אין דער כינעזישער עפעדראַ, געפינט מען אין די עפעדראַס, וועלכע וואַקסן אין אַרגענטינע. אין די געבירגיקע געגנטן פון זיד־אַמעריקע האָט מען עס באַנוצט צו אַסטמאַ פון גאָר אַלטע צייטן. דער כינעזישער דאָקטאָר טשען האָט אין 1923 עקסטראַהירט דעם עפעדרין, וועלכער איז אַ גוטער מיטל צו אַסטמאַ. פאַרבייט דעם אַדרענאַלין אין פיל פאַלן און טאָקע דורכן מאָגן, אויסמיידנדיק אַזוי אַרום די פּילצאַליקע איינשפּריצונגען. אין ספּע־

ציעלער דאָזע פאַר חולאים וואָס ליידן פון האַרץ־קראַנקהייטן און נער־וועזיטעט.

כאַלאַפּאַ

JALAPA

ווערט באַנוצט דער וואָרצל. א געוויקס, פאַרשפּרייט אין אזיע, זיד און נאָרד־אַמעריקע. א שטאַרקער אָפּפיר־מיטל, גייט אַריין אין פאַרשיי־דענע פּרעפּאַראַטן צוזאַמען מיטן סאַנטאָנין צו אָפּטרייבן ווערים. דער „דייטשער ספּירט" (אַגוואַרדיענטע אַלעמאַן) האָט כאַלאַפּאַ. ווערט אַלס ענערגישער אָפּפיר־מיטל גענומען צו אַבאָרטירן. כאַלאַפּאַ און די פּרעפּאַראַטן מיט כאַלאַפּאַ זיינען ניט פון פרייען פאַרקויף.

גאָמענאָל אָדער ניאַאולי־עסענץ

GOMENOL

דער נאָמען שטאַמט פון דעם הויפּט־צענטער פון דער פאַבריקאַציע אין אזיע, אויף די אינזלען פון מאַלאַיישן אַרכיפּעלאַג. אין אַרגענטינע ווערט גאָמענאָל מיט בוימל אומגעהויער באַנוצט ווינטער צייט צום נאָז־קאַטאַר, אין איינשפּריצונגען צו שווערע פאַרקילונגען.

טימיאַן בלאַט

TOMILLO

וואַקסט איבער די לענדער פון מיטללענדישן ים. זייער קליינע בלעטעלעך. פון דעם געוויקס ווערט עקסטראַהירט דער טימאָל, זייער א וויכטיקער שטאָף צו דיזענפעקציע, ספּעציעל מויל און האַלז־חלל.

ווערט באַנוצט אַלס מיטל צו פאַרקילונגען, אויך צו שווערער פאַר־דייאונג.

5 גראַם אויף א גלאָז וואַסער, דריי גלעזער טעגלעך.

כאַבאָראַנדי בלאַט

JABORANDI

א זיד־אַמעריקאַנער פלאַנץ. ווערט באַנוצט אַלס מיטל צו שטילן דעם הוסט, אויך צו מאַכן שוויצן דעם חולה.

ווערט אויך באַנוצט צו איינרייבן די ערטער אויפן קאָפּ, פון וועלכע די האָר פאַלן אַרוים.

פאַרבריען צוויי גראַם אויף אַ גלאָז, דריי גלעזער טעגלעך.

כענציאַן וואָרצל

GENCIANA

וואַקסט אין אייראָפּע, אויף די אַלפּן און אַנדערע לענדער. מען מאַכט אַ ווייקונג 5 גראַם אויף אַ גלאָז וואַסער, אָדער מען פאַרבריט. אויך אַלס טאָניק 25 גראַם אין אַ ליטער וויין, לאָזן זיך ווייקן אַ וואָך צייט און דערנאָך איבערזייען פאַר טרינקען.

לינדן-בליטן

TILO

די לינדן זיינען ביימער, פאַרשפּרייט אין בערגיקע ערטער אין איי־ראָפּע, מיטן גרעסטן פליים געפלאַנצט און געקאָנטראָלירט אין דייטשלאַנד. איינע פון די מער באַנוצטע און צו אַלע יסורים אַנגעווענדעט, ווי אַן אמתע פּאַנאַצעאַ. קודם כל צו שטילן כלערליי נערוון־דערשיטערונגען, אויך צו שווערער פאַרדייאונג און צו פאַרטרייבן די שלאָפלאָזיקייט. פאַרבריען 5 ביז 10 גראַם אויף אַ גלאָז וואַסער, פיר גלעזער טעגלעך.

חנא גארבער

ליין זאמען

LINO

דער געוויקס ווערט זייער פיל געפלאנצט צום טעקסטיל־באנוץ. אין אייראפע און ספעציעל אין ארגענטינע. דער פלאקסן־אייל, זייער פאר־ווענדעט אין דער אינדוסטריע. אין דער מעדיצין אנגעוויזן אלס צו שטילן וויטיקן און אויך ווען עס בייסט און גריזשעט אין האלז. 20 גראם אין א ליטער געקאכט וואסער; צום הארטן מאגן ווערט עס אויפן פאלגנדן אופן פרעפארירט: א פול לעפל ליין־זאמען ווערט געווייקט א 12 שעה אין א גלאז וואסער און שפעטער אויסגעטרונקען אלעס צוזאמען, די זא־מען מיטן וואסער. פון די זאמען ווערט געמאכט דער ליינזאמען־מעל.

ליינזאמען מעל ווערט ווינטער־צייט זייער פיל באנוצט צו מאכן די קאטאפלאזמעס, אדער קאמפרעסן צו די אזוי אפטע ברוסט־קאטארן און אנדערע פארקילונגען. דאס ווערט געמאכט אויפן פאלגנדן אופן: מען פארמישט אין לעבלעכער וואסער (מישנדיק כסדר) א פערטל קילא ליינ־זאמען־מעל און דערנאך לאזן עס אויפן פייער ביז עס הויבט אן קאכן, דאן ווערט אט דער קליי איינגעבונדן אין א טוך און צוגעלייגט דעם קראנקן. אויך באנוצט ווי א קאמפרעס צו פארשנעלערן די עפענונג פון געשווירן.

לייבנצאן — טאראקסאקאן

DIENTE DE LEON

זייער א פארשפרייטער געוויקס אין אייראפע און אנדערע לענדער. ספעציעל די ווארצלען און די בלעטער ווערן באנוצט אלס מיטל צו פאר־גרעסערן דעם אפעטיט, אפט אויך צו רעוומאטיזם.

30 גראם אויף א ליטער וואסער, 15 מינוט קאכן. דריי גלעזער טעגלעך.

לישיי איסלענדישער

איסלענדישער מאָך — שוואַרצער לישיי

LIQUEN ISLANDICO

וואַקסט אין די וועלדער אין בערגיקע געגנטן פון די קאַלטע צפון לענדער. אין איסלאַנד גייט דער לישיי אריין אין דער דערנערונג, צוליב דעם קראַכמאַל וואָס ער באַזיצט. אַלס רפואה ווערט ער באַנוצט ספּעציעל צום הוסט. דער פּרעפּאַראַט דאַרף זיין אויף פאָלגנדן אופן:

20 גראַם אויף אַ ליטער וואַסער. נאָכן ערשטן מאָל קאָכן, ווערט דאָס וואַסער אַרויסגעגאָסן צוליב דעם ביטערן טעם. מען באַנייט ווידער דאָס קאָכן מיט אַ ליטער וואַסער (פינף מינוט) און דאַן קען עס געטרונקען ווערן. דריי גלעזער טעגלעך.

אויך ווערן פאַרקויפט צוקערלעך פון דעם לישיי צום הוסט.

לישיי אירלענדישער

אירלענדישער מאָך — ווייסער לישיי

LIQUEN BLANCO

וואַקסט אין די צפון לענדער פון אַזיע, אייראָפּע און אויך אַמעריקע. ווערט באַנוצט צום שטילן דעם הוסט, אויך צו מאַכן ביר, קאָכנדיק צוזאַמען מיטן האָפּן.

20 גראַם אויף אַ ליטער, דריי גלעזער טעגלעך.

מאַלווע בלעטער און בלומען

MALVA

אַ פלאַנץ זייער פאַרשפּרייט אין אייראָפּע ווי איבער דער גאַנצער וועלט. ווערט באַנוצט אַלס מיטל צו שטילן דעם הוסט און מאַכן לייכטער די פאַרדייאונג, אויך ביי זיץ־בעדער, צו מערידן, אויך אויף צו שווענקען דעם האַלז.

40 גראַם אויף אַ ליטער וואַסער, דריי גלעזער טעגלעך.

מאַראַנצן שאָלעכץ, ביטערע און זיסע

CASCARA DE NARANJAS

וואַקסט אין די וואַרימע לענדער, פיל אין אייראָפּע, אין די לענדער ארום דעם מיטללענדישן ים. אַלס מיטל צו פאַרלייכטערן שווערע פאַר־דייאונגען. גלייכצייטיק צו פאַרגרעסערן דעם אַפּעטיט און שטילן די נערוון. 10 גראַם שאָלעכץ אויף אַ גלאָז וואַסער פאַרן עסן אָדער נאָכן עסן.

מאַראַנצן בלעטער

HOJAS DE NARANJO

צו שטילן די נערוון. 3 גראַם אויף אַ גלאָז וואַסער.

מאַראַנצן בלומען

FLOR DE NARANJO

מער באַנוצט אַלס געטראַנק צו סטימולירן דאָס האַרץ. בכלל ווערט עס געטרונקען אין מאָמענטן פון דערשלאָגנקייט און ביים חלשן. מען קען טרינקען עטלעכע לעפל פאַר איינמאָל.

מן (הימל-ברויט)

MANA

דאָס וואָרט מן געפינט מען אין אַלע סעמיטישע שפּראַכן. לויט ווי עס דערציילט דער חומש האָבן די אידן אויסגערופן מן הוא (וואָס איז דאָס?), דערזעענדיק צום ערשטן מאָל ווי עס פאַלט אַ זיסער טוי און עס ווערט איינגעטריקנט. לאַנגע יאָרן האָט מען געגלויבט, אַז מן פאַלט אַראָפּ פון הימל.

דער מן פון די אַפּטייקן ווערט אימפּאָרטירט מערסטנטייל פון איטאַ־ליע, אויפן אינזל סיציליע ווערן אויף דער קאָרע פון יאַסענאָווע בוימער געמאַכט איינשניידונגען און מען קלייבט צונויף דעם זאַפט וואָס רינט אַרויס.

דינט אַלס לייכטער אָפּפירמיטל ביז 50 גראַם, פאַר קינדער — 25 גראַם. ווערט גענומען צוזאַמען מיט סען בלעטלעך.

דער מן־צוקער (Manita) דינט אויך אַלס אָפּפירמיטל פאַר קליי־נע קינדער.

מירע

MIRRA

דאָס איז אַ פאַרהאַרטעוועטע סמאָלע פון דער קאָרע פון בוימער, וועלכע וואַקסן אין אַביסיניע, אַראַביע און עגיפּטן. ווערט באַנוצט אויף אויסרויכערן אין די וואוינונגען. אויך קאָן מען עס טרעפן אין די קלויס־טערס, וואו עס ווערט באַנוצט ביים גאָטעס־דינסט.

נעגעלעך

CLAVOS

וואַקסט אין די פיליפּינער אינזלען, אינדיע און עס ווערן באַנוצט די בלומען פון בוים, נאָך ניט געעפנטע. די עסענץ פון די נעגעלעך באַ־נוצט מען צו שטילן ציין־ווייטיק, אויך אַלס אַפּעטיט־סטימול.

סאַגראַדאַ קאָרע

CASCARA SAGRADA

אַ קליינער בוים פון נאָרד־אַמעריקע. עס ווערט באַנוצט אַלס אָפּ־פיר־מיטל. 10 גראַם אויף אַ ליטער וואַסער, קאָכן 15 מינוט. אַ האַלב גלאָז טעגלעך.

סעיבאָ־קאָרע

CEIBO

די בלום פון דעם געוויקס איז אויסגעקליבן געוואָרן אין אַרגענטינע ווי די נאַציאָנאַלע בלום.

ווערט באַנוצט אין דער פֿאָלקס־מעדיצין צו מערידן, מאַכנדיק זיץ־בעדער. 25 גראַם אויף אַ ליטער.

מאָן-קעפּלעך

AMAPOLA

אין אַרגענטינע געפינען זיך די גרעסטע פּלאַנטאַציעס פון מאָן. מער ווערן פאַרווענדט די קעפּלעך, ווי די בלומען. ספּעציעל אויף צו שטילן ציין־ווייטיק. אויך אַלס שלאָף־מיטל און שטילן די נערוון. אויך אין דער פֿאָלקס־מעדיצין באַנוצט צום קייך־הוסט (טאָס קאַנוואולסאַ). די בלומען ווערן געקאָכט 10 גראַם אויף אַ ליטער וואַסער, טרינקען אַ 10 מינוט פאַרן גיין שלאָפן.

לאַוואַנדאַ-בליטן

LAVANDA

אַ פאַרשפּרייט געוויקס אין אייראָפּע און אין אַנדערע לענדער. מען פלעגט עס באַנוצן אַלס נערוון־סטימול און אויך צו שטילן קאָפּ־ווייטיק.

מער פאַרווענדט אַלס פּערפיום איז די עסענץ. און אויך אין די קליידער־שאַפעס צו אָפּטרייבן דעם מאָל.

צו רעוומאַטישע ווייטיקן אויף איינרייבן, ווערט געמאַכט אַ פּרעפּאַראַט מיט פופציק גראַם לאַוואַנדאַ בליטן און אַ האַלבן ליטער אַלקאָהאָל.

האָר פון מאַיס (מאַיס-גריפלען)

BARBA DE CHOCLO - ESTIGAS DE MAIZ

די מאַיס־גריפלען זיינען באַקאַנט אין אַרגענטינע אַלס „טשאָקלאָ־באָרד" און ווערט געטרונקען אַלס מיטל צו פאַרמערן די השתנה, אויך

אין פאַלן פון רעוומאַטישע ווייטיקן. ווערט פאַרקאָכט 30 גראַם אויף א ליטער וואַסער. דריי גלעזער טעגלעך.

די היימישע באַפעלקערונג מישט עס צו ביי מאַטע־טרינקען.

קאַלאַגואַלאַ־וואָרצל

CALAGNALA

וואַקסט אין פערו. ווערט באַנוצט צו פאַרגרעסערן די השתנה און אין אַלע פאָרמען פון רעוומאַטיזם.

20 גראַם אויף א ליטער וואַסער. 4 גלעזער טעגלעך.

קאַרקעכע־בלאַט

CARQUEJA

וואַקסט אין אַרגענטינע. ווערט באַנוצט צו באַקעמפן געשלעכטס־קראַנקהייטן, צו נירן־אָפּרייניקונג און אויך צו לעבער־ווייטיקן. 50 גראַם אויף א ליטער וואַסער, ווערט געמישט מיט באָלדאָ־בלעטער. קאָכן 15 מינוט. דריי גלעזער טעגלעך.

שאַלפיי

SALVIA

א געוויקס פאַרשפּרייט אין אייראָפּע; אויך באַקאַנט אַלס „גריכי־שער טיי". עס ווערן באַנוצט די בלעטער. היינט צו טאָג מער באַנוצט צו שווענקען דעם מויל־חלל, אויך אַלס מיטל צו לייכטער פאַרדייאונג. פאַרבריען 20 גראַם אויף א ליטער וואַסער. דריי גלעזער טעגלעך.

פיילכעלעך

VIOLETAS

זייער פארשפרייט אין אייראפע, אזיע און אנדערע לענדער. מען באנוצט די בליטן אלס מיטל צו שטילן דעם הוסט. איבערהויפט דעם קייך־הוסט ביי קינדער.

30 גראם אויף א ליטער וואסער. דריי גלעזער טעגלעך.

דער סיראפ ווערט אויפן פאלגנדן אופן געמאכט: 15 גראם בלומען, לאזן קאכן 10 מינוט אין א ליטער וואסער, מען זייט איבער און מען מישט מיט 100 גראם האניק.

פעפערמינץ־בלעטלעך — מענטא פיפעריטא „ענגלישע מענטע"

MENTA PIPERITA

דער געוויקס שטאמט לויט געוויסע השערות פון ענגלאנד. וואקסט אין גאנץ אייראפע און איצט כמעט אין אלע לענדער. קודם כל נוצט מען עס צו שטילן בויך־קראמפן און אויך צו שווערער פארדייאונג.

25 גראם אויף א ליטער וואסער. דריי גלעזער טעגלעך.

פון דער עסענץ, וואס עס גיבן די בלעטער, שטאמט אפ דער מענטאל און די צוקערלעך פון מענטאל צו האלז־פארקילונג.

פאלעא מענטע

POLEO

וואקסט פיל אין פראנקרייך. באנוצט אלס מיטל צו סטימולירן דעם אפעטיט, אויך צו מאגן־ווייטיקן.

25 גראם אויף א ליטער וואסער. דריי גלעזער טעגלעך.

קאמילן דייטשע. — רומיאנעק־בלומען

MANZANILLA

אויף די קאמילן קען מען זאגן, אז זיי וואקסן וואו מען זייט זיי ניט. זייער פארשפרייט אין איירָאפּע, אויך אין סיביר און קליין־אזיע. ווערט זייער פיל באנוצט אין דער פאלקס־מעדיצין און מען גלויבט, אז די קאמילן האבן אלע מעלות אלס א רפואה צו א סך קראנקהייטן, ספּעציעל צו שטילן בויך־קראמפן, נערוון־צערייצונג און מען גיט עס טרינקען קינדער פון פריסטן עלטער, גלייך נאכן געבוירן ווערן. אויך אויסערלעך, ווי א קאמפּרעס ספּעציעל ביי א טרוקענעם קלאפּ.

פארבריען 40 גראם אויף א ליטער וואסער, דריי גלעזער טעגלעך.

קאמילן רוימישע

MANZANILLA ROMANA

דער נאמען קומט פון דעם, ווייל עס ווערט פיל געקולטיווירט אין איטאליע און דער רוימישער פּראווינץ. האט א פיינערן ריח, ווי די דייטשע קאמילן. דינט אלס אפּעטיט־אנרעגער און צו שטילן בויך־ווייטיק. 20 גראם אויף א ליטער געקאכט וואסער אויסערלעך. ווערט באנוצט צו מאכן העלער די האר, איבערהויפּט ווען בלאנדע האר איז אזוי אריין אין דער מאדע.

צימערינג

CANELA

א פארשפרייט בוים אין כינע און אינזל צעילאן. באנוצט ווערט די קארע אלס מיטל צו פארלייכטערן די פארדייאונג. 20 גראם אין א ליטער וואסער, געקאכט פופצן מינוט. פיר גלעזער טעגלעך.

קאָלאַ-נוס
NUEZ DE KOLA

וואקסט אין אפריקע ווילד. אָבער אין אנדערע לענדער, זיינען פאַראַן קולטיוון. איז באקאנט אלס מיטל צו סטימולירן דעם נערוונסיסטעם. אויך צו זכרון־אפשוואכונג. 20 גראם אין א ליטער וואסער, געקאָכט 20 מינוט. דריי גלעזער טעגלעך.

ריצן-אייל
ACEITE DE RICINO

ווערט היינט זייער פיל געפלאנצט אין איטאַליע, אין די אינזלען סיציליע, און אין דער פראָווינץ קאלאבריא. פון די זאָמען ווערט ארויסבאקומען דער באקאנטער אייל, וועלכער דינט אלס אפפיר־מיטל, ספעציעל פאר קינדער. 25 גראם פאר קינדער, 50 גראם פאר עלטערע.

גוט צו שמירן לעדער, זומער איין מאָל א וואָך, ווינטער צוויי מאָל א וואָך.

סאַמבוקאַ־בלומען און סאַמבוקאַ־בלעטער
SAUCO

אלס מיטל צו פאַרקילונגען, רופט ארויס א דורכשוויצונג פון חולה, אויך צו רעוומאטיזם, ווי אויך אלס קאמפרעס צו צואיילן די אויפרייסונג פון געשווירן.

אויך צו טרינקען דאַרף מען 10 גראם לאָזן קאָכן 20 מינוט און טרינקען דריי גלעזער טעגלעך. פאַרן אויסערלעכן געברויך: 50 גראם אין א ליטער וואסער.

ראַטאַניאַ-וואָרצל
RATANIA

וואקסט אין זיד־אמעריקע. זייער א סך באנוצט צו מערידן, לויזן מאָגן און כראָנישן געדערים־קאטאר.

20 גראַם אויף אַ ליטער, דריי גלעזער טעגלעך. אויך אַלס זיץ־באַד אין דער זעלבער פּראָפּאָרץ.

רויטע רויזן

ROSAS ROJAS

ווערט קולטיווירט אין אַלע לענדער. באַנוצט צום לויזן מאָגן. אויך צו שווענקען דעם האַלז אין פאַל פון אנגינעס, אויך צו וואַשן די אויגן. 20 גראַם אין אַ ליטער וואַסער, דריי גלעזער טעגלעך.

פּאַלאַן — פּאַלאַן-בלעטער

PALAN

וואַקסט אין אַרגענטינע. ווערט באַנוצט צו העלפן פאַרהיילן וואונדן. די בלעטער ווערן געקאָכט עטלעכע מינוט און דערנאָך צוגעלייגט צום וואונד. 30 גראַם פאַר אַ זיץ־באַד אויף צו שטילן מערידן־בייסונגען, 15 מינוט דאַרף מען לאָזן קאָכן.

נוסבוים-בלעטער

NOGAL

ווערט באַנוצט איבערהויפּט אין דער פאָרם פון שווענקונגען צו פּרויען היגיענע. 30 גראַם אין אַ ליטער וואַסער. 15 מינוט קאָכן. אין דער זעלבער פּראָפּאָרץ צו פאַרטונקלען די האָר.

אַריסטאָלאָקיע־וואָרצל

MIL HOMBRES

וואַקסט אין זיד־אַמעריקע, איבערהויפּט באַנוצט צו רעוומאַטיזם און אויך צו נירן־ווייטיקן. 30 גראַם אויף אַ ליטער וואַסער. קאָכן 20 מינוט. טרינקען דריי גלעזער טעגלעך.

שטיין־גראָז

YERBA DE LA PIEDRA

וואַקסט אין אַרגענטינע. צו אָפּרייניקן דעם אורין־אַפּאַראַט, ווי אויך צו נירן־ווייטיקן. 30 גראַם אין אַ ליטער וואַסער. קאָכן 15 מינוט. טרינקען 4 גלעזער טעגלעך.

רוטאַ־בלאַט

RUDA

זייער פאַרשפּרייט אין די אייראָפּעאישע לענדער, איינע פון די באַקאַנטסטע געוויקסן. פון די עלטסטע צייטן ווערט רוטאַ־בלאַט באַנוצט צו שטילן בויך־קראַמפּן און אויך צו נאָרמאַליזירן די מענסטרואַציע ביי פרויען.

10 גראַם אויף אַ ליטער וואַסער. דריי גלעזער טעגלעך.

ראַבאַרבער־וואָרצל

RUIBARBO

וואַקסט אין כינע, מאָנגאָליע און צענטראַל־אַזיע. אַלס מיטל צו סטימולירן דעם אַפּעטיט אין אַ קליינער דאָזע. ביי זויגנדע פרויען קען דער זאַפט זיך געפינען אין דער מילך און דאַרף אויסגעמיטן ווערן אין די פאַלן און אויך ביי קראַנקע אויף די נירן און מערידן.

10 גראַם אויף אַ ליטער וואַסער צוויי גלעזער טעגלעך.

ראָזמאַרין־בלאַט

ROMERO

אַ געוויקס, וואָס איז פאַרשפּרייט אין די לענדער אַרום מיטללענדישן ים. אַלס אַפּעטיט־אָנרעגער און אויך צו שטילן די נערוון.

30 גראַם אויף אַ ליטער וואַסער, דריי גלעזער טעגלעך.

סאַראַנדי ווייסער — בלעטער און האַלץ

SARANDI

וואַקסט אין ארגענטינע. אין דער פאָלקס־מעדיצין פאַררעכנט מיט אַן אייגנשאַפט צו פאַרלייכטערן די צוקער־קראַנקהייט, אויך אַלס גוטער דיאורעטיק.

דרייסיק גראַם אויף אַ ליטער וואַסער. קאָכן 15 מינוט. טרינקען דריי גלעזער טעגלעך.

פעטרישקע

PEREJIL

די בלעטער באַנוצט ווי אַ געווירץ אין עסן. דער וואָרצל צו נאָר־מאַליזירן די מאַנאַטלעכע ביי פרויען. פון די פרוכטן ווערט אַרויסגע־צויגן אַן עסענץ — דער אַפּיאָל — מיט זייער וויכטיקע אייגנשאַפטן.

דרייסיק גראַם אויף אַ ליטער וואַסער. 4 גלעזער טעגלעך.

שפּירבלום

ULMARIA

ווערט באַנוצט אין פאַלן פון נירן־ווייטיקן, אויך צום רעומאַטיזם.

30 גראַם אויף אַ ליטער וואַסער, געקאָכט 20 מינוט. פיר גלעזער טעגלעך.

צעלידאָניום־בלעטער

CELEDONIA

וואַקסט אין אייראָפּע און אַזיע. מען האָט געגלויבט, אַז עס איז אַ רפואה צו אַ ראַק. היינט נאָך באַנוצט צום באַקעמפן רעומאַטיזם, אויך אַלס אָפּפיר־מיטל.

פאַרבריען 15 גראַם בלעטער אויף אַ ליטער וואַסער. דריי גלעזער טעגלעך.

קעבראַטשאַ-קאָרע

QUEBRACHO

אַ בוים וואָס וואַקסט איבערהויפּט אין די נאָרד־פּראָווינצן פון אַרגענ־טינע. עס ווערט באַנוצט די ווייסע קאָרע. מען פלעגט פריער באַנוצן צו שטילן אַסטמאַ אַטאַקעס, אויך צו פאַרמינערן פיבער. היינט ווערט נאָך געטרונקען צום הוסט. די קאָרע דאַרף געקאָכט ווערן 20 מינוט. צוואַנ־ציק גראַם אין אַ ליטער וואַסער. דריי גלעזער טעגלעך.

סען־בלעטלעך און סען־שויטן

SEN

בלעטלעך און פרוכט פון קוסטעס, וואָס וואַקסן אין אַפריקע, ביי די ברעגן פון ניל און דעריבער הייסט איין סאָרט דער אַלעקסאַנדרער. נאָך אַ סאָרט קומט פון אינדיע. די סען־בלעטלעך זיינען איינע פון די באַנוצטע אָפּפיר־מיטלען. 3 גראַם פון די בלעטלעך ווירקט שוין אַלס זיכערער אָפּפיר־מיטל.

די שויטן פינף גראַם אַלס דאָזע.

פּאָליגאַלאַ-וואָרצל

POLIGALA

שטאַמט פון נאָרד־אַמעריקע. באַנוצט צו שטילן דעם הוסט און אין אַלע פאַלן פון פאַרקילונגען. 10 גראַם אויף אַ ליטער וואַסער. דריי גלע־זער טעגלעך.

פוילבוים

FRANGULA

אַלס לייכטער לאַקסאַנטיוו, שאַפּט ניט קיין צוגעוואוינטקייט אויב מען נעמט עס אַ לענגערע צייט. 40 גראַם אויף אַ ליטער וואַסער, דריי גלעזער טעגלעך. מער עפעקט ווען מען טרינקט אויס אַ גלאָז אויפן ניכטערן מאָגן, אָדער פאַרן שלאָף.

צוקער ראָר־וואָרצל

CAÑA DE AZUCAR

וואַקסט פיל אין וואַרימע לענדער. זייער פאַרשפּרייט אין די נאָרד־פּראָווינצן אין אַרגענטינע, ספּעציעל אין טוקומאַן, וואו עס איז אויפגע־שטעלט געוואָרן די גרויסע אַרגענטינער צוקער־אינדוסטריע. ווערט באַ־נוצט ביים אַנטוואוינען אַ קינד, אַלס מיטל צו אָפּשטעלן דעם מילך־צו־פלוס ביי דער מוטער.

30 גראַם אויף אַ ליטער וואַסער. דריי גלעזער טעגלעך.

פּסיליאום־קערנער

ZARAGOTONA

אַ פלאַנץ וואָס וואַקסט אומעטום. די קערנער אָנגעוויזן פאַר מענטשן וואָס ליידן פון האַרטן מאָגן. מען דאַרף איבערלאָזן אַ לעפל קערנער אין אַ פול גלאָז וואַסער דורך דער נאַכט און ביים אויפשטיין אויסטרינקען די קערנער מיט דער וואַסער.

עקיזעטום — פעלד קייטל רוט

COLA DE CABALLO

וואַקסט אין פייכטע ערטער. מען באַנוצט עס צום לעבער, צו וויי־טיקן אין די נירן, אויך ביי פאַרקילונגען.

מען לאָזט קאָכן 5 מינוט 20 גראַם אין אַ ליטער וואַסער. פון דריי ביז פינף גלעזער טעגלעך.

פּאָזיעמקעס בלאַט

FRESAL

וואַקסט אין אַלע לענדער. ווערט באַנוצט צו אָנרעגן דעם אַפּעטיט, אַלס אורין־טרייבער און צו רעוומאַטיזם.

50 גראַם אויף אַ ליטער וואַסער. 3 גלעזער טעגלעך. קאָכן 10 מינוט.

צוועלפטער קאַפּיטל

אַפראָדיסיאַקן

הבט נא השמימה... וספור הכוכבים... כה יהיה זרעך (בראשית לך ט"ו). הויב אויף דיינע אויגן צום הימל... צייל זיי די שטערן... אזוי וועלן זיין דיינע קינדער... ציילנדיק די הימל־קערפּער האָט מען דער־קענט און אויסגעטיילט דעם שעפּערישסטן, די זון. איינמאָל אָנגעצונדן געוואָרן, ברענט זי און ברענט און ווערט נישט אויסגעברענט.

לעבן בכלל און דאָס מענטשלעכע לעבן בפרט, וואָס הענגט אָפּ און שפּיגלט אָפּ יענע ווייטע און מעכטיקע קראַפט, איז אַ פייער אין די לע־בעדיקע ברואים, אַ פייער וואָס ברענט און ברענט און ווערט נישט פאַרלאָשן.

אויסגערעכנט האָט מען פון וויפל אַטאָמען עס באַשטייט דער מענטש, אָבער פונקט פון דער זעלבער צאָל נאָר מיט מענטשלעכע קער־פּערס קען פאַרמירט ווערן די זון. אין הונדערטער מיליאָנען שטראַלן צע־גיסט זיך דער ליכטיקער קוואַל אין הימל, און אין הונדערטער מיליאָנען עספּאַרמאַטאַזאָידן ווערן אַרויסגעשטויסן דורכן זכר פּאַר איינמאָל בלויז מיט דער אויפגאַבע אויפזוכן דאָס אייעלע און איר באַפרוכפּערן.

אויסגעגאָנגען דאָס לעבן מיט איין דור, פלאַקערט עס ווייטער ביי אַ צווייטן דור. פון די אַלטע, פאַמעלעך־אַטראָפירטע אָרגאַנען פליסט עס איבער אין פריש־נייע און ברויזנדע.

חנא גארבער

דער מענטש איז, ווי א מנורה פון פינף לייכטער און דאָס פייער פון עראָטישן סטימול קען אויפגענומען ווערן דורך אלע פינף חושים. לייכט עס דאן העל און אנגענעם, ווען די ריכטונג פון די געדאנקען און אידעען אין דער סביבה, טרייבן צו א נאטירלעכער אויסוויקלונג. איז די לאגע פארקערט, נעמט עס אָן א גרויל־עקלדיקע פאָרם, א קראנק־האפטע עקזאלטאציע פון דער סעקסועלער תאווה, וועלכע טראָגט דעם נאָמען סאטיראסים ביים מאן, (סאטיראסים — פון דער גריכישער מיטאָלאָגיע — א גאָט, האלב מענטש, האלב באָק — אלס א טיפּ פון א בעל־תאוהניק, א שכור) (אפילו צו באמערקן ביי בהמות, ווי שעפּסן, ציגן און קי, וועלכע קלעטערן איינע אויף די צווייטע און פון צוהיצונג בלייבן זיי עקרות).

צו דורכפירן אָט דעם סובלימען אקט פון יצירה, איז דער מענטש באשאָנקען מיט א פשוטן, אָבער זייער איידעלן אָרגאן. אויבנאויפיק איז ער פשוט, אָבער זיינע פונקציעס קענען אויסגעפירט ווערן, נאָר אין ענגער פארבינדונג מיט די פולקאָמענסטע צעלן פון נערוון־סיסטעם. און אלס קאָנסעקווענץ פון דער הארמאָנישער צוזאמענארבעט פון אלע דריזן, מיט איין וואָרט, צו מקיים זיין, ווי געהעריק דעם סעקסועלן געבאָט איז נויטיק א ווירדיקע נשמה און א געזונטער קערפּער. איז דער אָרגאניזם, אלס קאָנסעקווענץ פון פיל קראנקייטן, ווי אינפעקציעס, פאבן־אינטאָקסי־קאציעס און אנדערע סיבות, אָפּגעשוואכט, שפיגלט עס זיך אָפּ אויפן סעקסועלן אויסלעבן זיך און די אימפּאָטענץ, איבערהויפּט אָנזעעודיק ביים מאנסביל, טרייבט צו זוכן אזוינע מיטלען און רפואות, וועלכע זאָלן קרעפטיקן און ווי מעגלעך אויך ארויסרופן אָט דעם פארלוירענעם געפיל. די דאָזיקע רפואות הייסן אַפראָדיסיאַקן. דאָס וואָרט האָט זיין דערקלערונג אין דער גריכישער מיטאָלאָגיע. די געטין פון ליבע און שיינהייט אפראָדיטא איז אליין געבוירן געוואָרן בעת דעם געראנגל פון טיטאן קראָנאָס מיט זיין פאָטער אוראנוס. דער טיטאן האָט דעם פאָטער געמאכט אויס מאנסביל און פון דעם אָפּגעשניטענעם גליד, וואָס איז אריינגעפאלן אין ברויזנדן ים־שוים איז ארויסגעקומען אפראָדיטא, וועלכע האָט ביי די רוימער געהייסן ווענוס (פון דאנען נעמט זיך דאָס

וואַרט ווענערישע קראַנקייטן, וועלכע זיינען אַ קאָנסעקווענץ פון סעקסועלע באַציאונגען). דער הויפּט יום־טוב לכבוד אַפראָדיטאַ, פלעגט געפייערט ווערן אויפן אינזל ציפּערן פרילינג־צייט, אין די וועלדלעך און גערטנער אַרום דעם גרויסן טעמפּל, וואָס איז דאָרט געשטאַנען. קודם פלעגט אָפּגעגעבאָרן ווערן די געטין אַליין. און דאָס איז געווען ווי אַ וואונק צו נאַקעטקייט, אין וואַסער. אַלס ערשטע צוגרייטונג, צו דער אָנקומענדער נאַכט. נאָכן אויסבאָדן זיך פון גרויסן עולם, פלעגט פאָרקומען דאָס איבערקליידן פרויען אין מענער־קליידער און פאַרקערט. אַ לאַנגער קאַרנאַלער יום־טוב מיט צעברענטע ליידנשאַפטן, וואו שכרות און זנות האָבן זיך געחברט און „סאַטירן" האָבן בעת מעשה געהאַט די אויבערהאַנט.

מיטלען, וועלכע שטאַמען אָפּ פון גאָר גאָר טיפן אַלטערטום און האָבן אַן אָפּקלאַנג אין אונזער שיר השירים אַלס דוראים אָדער ליבעפּל זיינען גענוצט געוואָרן אין אַזוינע יום־טובים.

די מאָדערנע מעדיצין נעמט ניט אין אַכט די אַלע מיטלען און באַהאַנדלט אימפּאָטענץ אַלס נערוון און אַלגעמיינע קראַנקהייט. ביז היינט צו טאָג איז ניט פאַראַן קיין רפואות אַלס אַפראָדיסיאַקן. אַ שייכות צו סעקסועלער אָנרעגונג, האָט די אינטימע פריינטשאַפט צווישן הינט און איינזאַמע פאַרזעסענע פרויען, גאָר פאַרדעכטיק איז דאָס אויספּאַשען הינט אין די שלאָף־צימערן.

די מער באַנוצטע פלאַנצן און באַקאַנטע אַפראָדיסיאַקן זיינען פאָלגנדע:

יאָכימבע קאָרע. Yohimbe

א בוים פון מערב־אַפריקע פון 10 ביז 15 מעטער די הויך. וואַקסט ביי די ברעגן פון ים. עס ווערט באַנוצט די קאָרע אויף צו עקסטראַהירן דעם יאָכימבין, געפינט זיך אין די אַפּטייקן אין פאָרם פון פּילן און איינשפּריצונגען. מוז באַנוצט ווערן אונטער אַ קאָנטראָל פון אַ דאָקטאָר, מחמת איר שעדלעכקייט פאַרן אָרגאַניזם.

קירקינטשאַ־עקל בלעטער
Cola de quirquincho

די דאַזיקע בלעטער ווערן צוגע־שריבן אַלס מיטל קעגן קאַלטער גע־שלעכטלעכקייט באַנעמונג. גוט אַלס טיי צו אַלגעמיינער אָפּשוואַכונג. דרייסיק גראַם אויף אַ ליטער. דריי גלעזער טעגלעך.

דאַמיאַנאַ־בלעטער.
Damiana

אַן אַמעריקאַנער פלאַנץ. וואַקסט איבער־הויפּט אין בראַזיל. עס ווערן באַנוצט די בלע־טער אַלס מיטל צו פאַרשטאַרקן און אַרויסרופן דעם סעקסועלן געפיל, ביי מענטשן אָפּגע־שוואַכטע צוליב פריער איבערגעכאַפּטער תאווה, אויך דיאורעטיש. אַלס אַ טיי 20 גראַם אויף אַ ליטער. דריי גלעזער טעגלעך.

ליבע־עפּל — דודאים.
(לויט פרצעס איבערזעצונג)
Mandrágora

באַקאַנט פון טיפן אַלטערטום אַלס אַפ־ראָדיסיאַק. וואַקסט היינט פיל אין אייראָ־פּע. איצט מער באַנוצט די וואָרצלען אויף צו אַרויסבאַקומען אַ שטאָף צו אויגן־קראַנק־הייט, איז אויך נאַרקאָטיש. אין אַלגעמיין ווערט אָט דאָס געוויקס ווייניק פאַרווענדט און האָט בלויז אַ ווערט אַלס געוועזענע רפואה. מכשפים פון פאַרצייטן פלעגן מיט די דודאים באַ־וויזן וואונדער...

אין די גאָר לעצטע פאָרשונגען ווערן פון דעם וואָרצל פון מאַנדראַ־גאָראַ אַרויסבאַקומען שטאָפן, וועלכע היילן די ים־קראַנקהייטן און פאַר־לייכטערן דאָס ברעכן ביי שוואַנגערנדע פרויען.

גינסענג
Ginseny

האָט באַקומען אַ שם נאָכן נאָכשטודירן די כינעזישע פאָלקס־מעדיצין. דאָרט אין כינע ווערן די וואָרצלען פון גינ־סענג אויסגערימט אַלס גרויסאַרטיקע רפואה און מיט גאָר וויכטיקע אייגנשאַפטן אַלס סעקסועלער אָנרעגער. פון די

וואָרצלען ווערט אויסגעאַרבעט אַ פּולווער, וועלכער קען גענומען ווערן ביז 2 גראַם. אויך אין אַמעריקאַנער לענדער וואַקסט גינסענג.

אַבעלמאָסקאָ. Abelmoser מיט די זאָמען פון אַבעלמאָסקאָ ווערט געמאַכט אַ טיי 15 גראַם אויף אַ ליטער וואַסער. ווערט רע־קאָמענדירט צו אַלגעמיינער פיזישער אָפּשוואַכונג, צו פאַרשיידענע קראַמף־צושטאַנדן און ספּעציעל אַלס סעקסועלער אָנרעגער.

דרייצנטער קאַפּיטל

גיפט מיט שטרענגער מאָס און וואָג

עס זיינען פאַראַן אַ געוויסע צאָל פלאַנצן און פראָדוקטן אַרויסבאַ־קומענע פון די זעלבע, וועלכע שטייען אונטער אַ שטרענגן מלוכה־קאָנטראָל. שוין דאַן ווען זיי ווערן אַריינגעפירט אין לאַנד און אויך שפּע־טער ווערט נאָכגעקאָנטראָלירט, וואו און ווי אַזוי זיי ווערן פאַרווענדט. די מערסטע פון זיי קענען פאַרקויפט ווערן בלויז נאָך אַ פאַרשרייבונג פון אַ דאָקטאָר, טאָרן ניט איבערגעחזרט ווערן אָן אַ נייעם רעצעפּט און אַפילו דאַן אין די גרעניצן פון שטרענגער מאָס און וואָג, וועלכע די גע־זעצן באַשטימען. אין אַ ספּעציעלן, פאַר דעם צוועק, באַשטימטן בוך, מוז יעדער אַפּטייקער פאַרשרייבן אַזוינע רעצעפּטן און פירן אַ גענויעם חשבון פון דעם. בלויז איייניקע פראָדוקטן און פלאַנצן וועלן מיר דאָ באַשרייבן.

אייזנהוט. Acónito

וואַקסט ווילד, איבערהויפּט אין הויכע, בערגיקע געגנטן. אין נאָרד־אַמעריקע, אין סיביר און אייראָפּע. עס ווערן באַ־נוצט די בלעטער, בלומען און וואָרצלען. די וואָרצלען האָבן צען מאָל אַזוי פיל גיפט ווי די בלעטער. אין אַלגעמיין איז יעדע מאַניפּולאַציע מיטן אַקאָניטאָ זייער דעליקאַט און ווערט גאַנץ ווייניק געגעבן אין רעצעפּטן. עס איז אַ געפערלעכער סם. גייט אַריין אין רפואות צו שטילן רעמאַטישע ווייטיקן, נערוון־אַטאַקעס, צום כראָנישן הוסט און געוויסע האַרץ־קראַנקייטן.

ח נ א ג א ר ב ע ר

אַדאָניס. Adonis — א פלאַנץ פון די צפון־לענדער. באַזיצט אייגנשאַפטן, וועלכע קרעפטיקן דאָס האַרץ, צו רעגולירן די באַוועגונגען. איז ניט קיין סם און ווערט געגעבן נאָך דעם דיגיטאַל, פאַר־בייטנדיק אויף א געוויסע צייט דעם זעלבן. די כעמישע שטאָפן, וועלכע מען עקסטראַאירט פון אַדאָניס זיינען יאָ געפערלעכע סמען; ווערן גאָר ווייניק פאַרשריבן פון דאָקטוירים.

איפּעקאַ־וואָרצל. Ipeca — א געוויקס וואָס שטאַמט אָפּ פון זיד־אַמעריקע, איבערהויפּט בראַזיל. באַקאַנט אין פאָלקס־לשון אַלס ברעך־וואָרצל. אין פאַלן פון פאַרגיפטונג פלעגט עס שוין באַנוצט ווערן פון די אינדיאַנער אַלס מיטל צו אויסברעכן און אויסליידיקן אַזוי אַרום דעם מאָגן. ווערט באַנוצט צו זייער א סך קראַנקייטן, איבערהויפּט אַלס אויסהוסט־מיטל, אַלס פאַר־בריאונג איין גראַם אויף 100 וואַסער.

אָפּיום. Opio — ביי אָפּיום רירן מיר זיך צו צו א טיפע רעטעניש אין דער מענטשלעכער נאַטור. נאָר אייניקע מאָל פאַרזוכט פון דעם און א פאַרדאַרבענע געוואוינהייט באַזעצט זיך אין מענטשן. ער לעבצט שוין תמיד נאָכן אָפּיום, ביזן טויט. זיין ווירקונג פילט זיך אין די איידלסטע קעמערלעך פון די געהירן.

דער איטאַליענישער רייזנדער מאַרקאָ פּאָלאָ, דער, וועלכער האָט דער ערשטער באַקאַנט געמאַכט אין אייראָפּע, די פאַרוואָרפענע און אומ־באַקאַנטע לענדער פון ווייטן מזרח, האָט באַשריבן כינע, אָבער אין זיינע שריפטן פעלט דער פאַרשפּרייטער אָפּיום־געברויך צווישן כינעזישן פאָלק. פון דעם האָט מען געוואָלט אויספירן, אַז דאַן, אין מיטלאַלטער, איז אין כינע נאָך ניט געווען אָט די שרעקלעכע אַנשיקע־ניש. ביי דעם איצטיקן צושטאַנד פון די פאָרשונגען איבער די אָריענ־טאַלע לענדער און ספּעציעל כינע, זעט מען גראָד איין, אַז פון גאָר אַלטע צייטן, איז דאָרט פאַרברויכט געוואָרן אָפּיום. אין די אַפּטייקן טרעפט מען עס הן אין פּולווער, הן אין עקסטראַקט. ווייטער ווערן שוין אויס־געאַרבעט פון דעם פּילן, סיראָפּ און אַנדערע פּרעפּאַראַטן, צווישן זיי דער

מענטשן, פלאַנצן און רפואות

באַקאַנטער מיטל צו קראַמפּן לאַאודאַנאַ. צו אַרויסבאַקומען אָפּיום, איז בערהויפּט אין טערקיי, איז מען זיך נוהג אויפן פאָלגנדן אופן: אויף די קעפּלעך פון אַ סאָרט מאָן (Papaver-album) ווערן געמאַכט שניטן, ווען זיי זיינען נאָך ניט צייטיק. פון די שניטן רינט אַרויס אַ ווייסער זאַפט, וואָס מ'לאָזט זיך אויסטריקענען אויף בלעטער פון זעלבן געוויקס. אויסגעקוועטשט, ווי קליינע לעבעלעך ברויט, ווערט עס דאַן עקספּאָרטירט הן פאַרן מעדיציניש געברויך, הן פאַרן אומלעגאַלן מאַר־פיניזם. פון כינע האָט זיך פאַרשפּרייט דאָס אָפּיום־רויכערן איבער אַ גרויסע צאָל אַנדערע לענדער. פון די פראַנצויזישע קאָלאָניעס אין אַזיע קיין מאַרסעל און פאַריז. און אַזוי ביסלעכווייז איבער אַלע קאָנטינענטן. די אויסגעטריקנטע מאַסע אויף די בלעטער, קען נאָך ניט געררויכערט ווערן. עס ווערן נאָך דורכגעמאַכט געוויסע מאַניפּולאַציעס, אין דער ערשטער ריי קומט דאָס אָנוואַרעמען און אַרומסמאַליען דעם עקסטראַקט.

לויט באַאָבאַכטונגען פון כעמיקער, ווערט אין אָט דער פאַזע די פּראָפּאָרץ מאָרפין אַמהעכסטן אַנטוויקלט אין דעם אָפּיום. די פאַרשמיר־טע בלעטער מיט רעשטן פון עקסטראַקט ווערט פאַרקויפט צו די אָרעמסטע שיכטן פון דער באַפעלקערונג און בפרט אין דער אונטערוועלט אין כינע. אין די צו דעם געמאַכטע ליולקעס ווערט אַריינגעלייגט אַ שטיק, די גרויס פון אַן אַרבעס. און עס זיינען דאָ רויכערער, וועלכע פאַרטראָגן ביז 80 ליולקעס פאַר איינמאָל. גלייך ביים אָנהויבן רויכערן באַפאַלט דעם מענטשן אַ זיסער טיפער שלאָף און נאָכדעם שווערע חלומות און האַלוצינאַציעס; ווי אין אַ פאַרכשופטער וועלט דרייט זיך דער רויכערער. ביים אויפכאַפּן זיך פון אַזוינע איבערלעבונגען, פילט ער זיך צעבראָכן און זייער געפאַלן. די לעכצונג נאָכן אָפּיום שטייגט אַלץ מער און אָפּט געפינט אַזאַ פאַריאושטער מענטש דעם אויסוועג אין זעלבסטמאָרד, אָדער שווידערלעכע דעגענעראַציע. תמיד ציטערן די הענט ביי אַזאַ רויכערער, אַ שלאָפלאָזיקייט און געשלעכטלעכע אָנמאַכט באַגלייט אים. דאָס זיינען די הויפּט־עפעקטן אויפן מענטשלעכן מין, און אויך אויפן הונט און האָז. דאַקעגן, אויף פערד, אָקסן, חזרים און קעץ רופט אַרויס דער מאָרפין אין זיין ערשטער פאַזע, ס'הייסט גלייך ביים איינשפּריצן אונטער דער הויט

קליינע דאָזעס, אַן אויפלעבונג און אַ לייכטקייט אין די באַוועגונגען, ניט אַ פאַרשלעפערונג. פון דאַנען נעמט זיך, וואָס ביי די פערד־געיעגן געפינט מען פערד, וועמען מען האָט פאַרן געוועט איינגעשפּריצט מאָרפין. אויף קליינע קינדער ווירקט עס ניט גוט.

עס ווערט פאַרצייכנט אַ פאַל פון אַן ערשט־געבוירן קינד, וועמען מען האָט געגעבן צו טרינקען בלויז איין טראָפּן לאַאודאַנאַ און עס איז געשטאָרבן. די הויפּט־אייגנשאַפט פון אָפּיום אין זיין קאָמפּליצירטער צוזאַמענשטעל איז צו שטילן די עקשנותדיקע ווייטיקן. גרויסע סכומים ווערן געגומען אין די הייסע זומער־מאָנאַטן, ווען דאָס פאָלק לאָזט זיך אַריין אין שכרות און עסן זיך איבער מיט די ערגסטע שפּייזן.

דער הויפּט־שטאָף פון אָפּיום, מאָרפין איז כמעט דאָס איינציקע, וואָס קען שטילן די שווידערלעכע ליידן ביי קראַנקע מיט אַ ראַק. נאָך אַ שטאָף ווי קאָדעין איז זייער נוצלעך צו שטילן דעם הוסט הן געגעבן ווי טראָפּן, פּילן אָדער אין אַ געטראַנק. דער וויכטיקסטער פּרעפּאַראַט מיט אָפּיום איז דער לאַאודאַנאַ פון סידענהאַם. צו קראַמפּן אין מאָגן און געדערעם, 10 טראָפּן דריי מאָל טעגלעך. אויך אין אַ קליסטיר 15 טראָפּן אויף אַ ליטער.

בעלאַדאָנע. Belladona

אַ פּלאַנץ, וואָס פאַרטראָגט גוט שאָטן און וואַקסט אין צענטראַל־איראָפּע און מערב־אַזיע, אין וועלדער. עס ווערן באַנוצט די בלעטער און וואָרצלען. מיט מער סם זיינען אָנגעלאָדן די וואָרצלען, ווי די בלעטער און אויך ווען עס וואַקסט ווילד. ווערט פיל באַנוצט צו שטילן קראַמפּן אין מאָגן און געדערעם. אין די הענט פון דאָקטער ווערט בעלאַדאָנע פאַרווענדט צו אַ סך אַנדערע קראַנקייטן. דער וויכטיקסטער שטאָף אַטראָפּין ווערט פון אויגן־דאָקטוירים באַנוצט צו עקזאַמינירן דעם אויג־הלל. אויך ווערט די פּאָמאַדע באַנוצט צו איינרייבונגען אויף דער הויט. אַלס אַ פּאָמאַדע אפילו, קען פאָרקומען אַ פאַרגיפטונג, איבערהויפּט ביים איינרייבן אַרום האַלז. די טראָפּנס פון בעלאַדאָנע נעמט מען ביז 10 טראָפּנס פאַר איינמאָל, פאַר אַ דערוואַקסענעם.

מענטשן, פלאנצן און רפואות

בעלעניאַ: א פאַרשפּרייט פּלאַנץ אין גאַנץ איראָפּע, וואַקסט **חזירישע בעבלעך.** ווילד. עס ווערן באַנוצט די וואָרצלען, בלעטער און זאָמען. באַזיצט נאַרקאָטישע אייגנשאַפטן, ווי די Beleño בעלאַדאָנע און איז פון ענלעכן געברויך. מיט די בלעטער פון בעלאַדאָנע און בעלעניאַ א. א. ווערט געמאַכט דער פיל באַנוצטער אין ארגענטינע „גרינער אייל". דער „גרינער אייל" אָדער „באַלזאַמאָ טראַנקילאָ" ווערט פיל באַנוצט אין די ווינטער־מאָנאַטן צו שטילן רעמאַטישע ווייטיקן, אויך צו איינרייבונגען ביי אַ קלאַפּ, אָדער ווייטיק אין וועלכן ניט איז אָרט אויפן קערפּער. זייער ווערטפול ביי אַקצידענטן אין די פאַרשיידענע ספּאָרט־שפּילן.

ברעך־נוס. ברעך־נוס רופט מען די פּרוכט פון דעם בוים סטריקנאָס נוקס וואָמיקאַ, וועלכער וואַקסט אין מזרח־אינדיע Nuez Vómica און אין די פיליפּינען־אינזלען. די זאָמען אָדער ניסלעך האָבן זייער אַ ביטערן טעם און אַ געפערלעך־שטאַרקן סם. סטריקנין און ברוסין, צוויי וויכטיקע אַלקאַלאָידן, וועלכע מען געפינט אין די זאָמען, זיינען אָפט באַנוצט געוואָרן צו קרימינעלע צוועקן. שטערבלעך זיינען זיי פאַר מענטשן און חיות. אין פאַרמאַציע ווערן פון ברעך־נוס אויסגעאַרבעט פאַרשיידענע פּרעפּאַראַטן, וועלכע ווערן פאַרשריבן פון דאָקטוירים אלס מאָגן־אָנרעגער, אויך צו געוויסע נערוון־קראַנקייטן אין פאַלן פון פּאַראַליז. געוויסע אַרטן סטריקנאָס געפינט מען אויך אין זיד־אַמעריקע און אויף אינזלען אין פּאַציפישן אָקעאַן. פון אַט די פּלאַנצן האָבן די אינדיאַנער און אַנדערע פעלקער פון פּאָלינעזיע אַרויסבאַקומען דעם סם אויף זייערע פיילן און שפּיזן. יעדע מאַניפּולאַציע מיט סטריקנין און ברוסין איז פאַרבונדן מיט זייער ערנסטע פאַראַנטוואָרטלעכקייט און ווערט דעריבער געהאַלטן אין באַזונדערע אָפּגעשלאָסענע שאַפעס.

פינגערהוט-בלאט: דיגיטאל.
Digital

וואקסט אין אייראפע און אנדערע לענדער, אפט אלס ארנאמענטאלע פלאנץ אין גערטנער. די וואונדערלעכע אייגנשאפטן פון דעם דיגיטאל, זיינען אנטפלעקט געווארן פון א פשוטער זנאכערקע. לויט ווי עס גיט איבער פראפעסאר פאן דער בעקע פון בוענאס-איירעס, האט א זנאכערקע עס אויסגעזאגט איינמאל א געוויסן דאקטאר, וועלכער האט שפעטער אויסגעפונען, אז עס איז ריכטיק. די שארפע רויטקייט פון די בלעטער האט עפעס ענלעכעס צו די בלוט-געפעסן. די אמאליקע אלכעמיקער פלעגן עס אפט נעמען אין אכט און זוכן א וואונק פון דער נאטור אין אזא פאל. דער סכום גיפט אין דיגיטאל הענגט אפ פון פלאץ אין וועלכן עס וואקסט, פון דעם עלטער פון דער פלאנץ און פארם פון אויסטריקענען די בלעטער. אלס די בעסטע ווערן פארעכנט די, וואס וואקסן אין וועלדער, ווילד. אלס רפואה צום הארצן איז עס אומאפשעצבאר, אבער בלויז אונטערן אויפזיכט פון א דאקטאר קען מען עס באנוצן. מיט פארזיכטיקייט מוז ווערן געמאכט א רעצעפט מיט אזא שטארקער דראג. א שוועריקייט אין דער קוראציע מיט דיגיטאל איז, וואס דער סם קלייבט זיך אויף אין קערפער און ווערט זייער פאמעלעך אויסגעשיידט. דאס דערפירט צו אן איבערייסונג אין דער קוראציע און אזא חולה מוז נעמען אנדערע רפואות אויף א געוויסער צייט. לניידער זיינען נאך ניט אינגאנצן פארענדיקט די שטודיומס וועגן צוזאמענשטעל פון דיגיטאל און אירע באזונדערע שטאפן.

עס ווערט דאזירט לויט איינהייטן. א „קאץ" איינהייט. פאר יעדער טאבלעט. אין 1944 איז אין ארגענטינע ארויס א געזעץ, וואס איז אויסן צו פארהיטן דעם היימישן דיגיטאל פון א שנעלן אונטערגאנג. צוליב דעם קריג האט געגומען אויספעלן דער דראג, האט מען זיך א כאפ-געטאן צום פארוואָרלאזטן היימישן פינגערהוט פון די אנדן-בערג. דאס געזעץ דערלויבט בלויז פאר פארשער און וויל אין די ספעציעלע פלאנטאציעס, וואס שנעלער ארויסבאקומען דעם אזוי נויטיקן דראג.

Estramonio זייער א פארשפרייט געוויקס אין גאנץ אייראפע דולמאן (דאטורא). און אנדערע קאנטינענטן. ווילד און קולטיווירט, מען באנוצט די זאמען. די אייגנשאפטן פון די דאטורא־בלעטער, זיינען ענלעך צו די בלעטער פון בעלאדאנע און בעלעניא און ווירקן אויף איינשטילן ווייטיקן און קייך־הוסט, אויך אין פאלן פון עפילעפסיע. מער ווי אלץ ווערט עס פארקויפט צום רויכערן פאר אסטמאטיקער. אזוינע קעגן־אסטמא פאפיראסן ווערן צונויפגעשטעלט פון פאלגנדע בלעטער:

דאטורא־בלעטער	— — —	30	גראם
בעלאדאנע	„ — — —	50	„
בעלעניא	„ — — —	20	„
טאבאק	„ — — —	40	„

פון אזא צוזאמענשטעל קענען ארויסקומען 30 פאפיראסן, אדער מער בכדי יעדער פאפיראס זאל האבן ניט מער, ווי איין גראם פון דאטורא־בלעטער.

Estrofanto וואקסט אלס קוסט אין די טראפישע געגנטן פון אפריקע. ווערט בלויז באנוצט לויט אנווייזונגען פון דאקטוירים. די זאמען באזיצן א געפערלעכן סם סטראפאנטין, וועלכער ווירקט גוט צו געוויסע הארץ ־ קראנקהייטן. ווערט אנגעוויזן צום באנוץ ביי יענע חולאים, וועלכע מוזן איבעררייסן די קוראציע פון דיגיטאל. צו סטראפאנטום איז פאראן א בעסערע טאלעראנץ ביי די חולאים (אין פארדייאונגס־אפאראט) און גלייכצייטיק קלייבן זיך ניט אן די סמים אין קערפער. דער סטראפאנטין ווערט שנעלער אויסגעשיידט מיט דער אורין, ניט ווי עס איז דער פאל מיטן דיגיטאל.

חנא גארבער

כינע־בוים.
כינע־קאָרע.
Quina

שווערע פּראָבלעמען זיינען געשטאַנען פאַר דער מע־דיצין ביז דער אַנטדעקונג פון די אייגנשאַפטן פון דער קאָרע פון כינע־בוים, וואָס שטאַמט אָפּ פון זיד־אַמעריקע, און איז אַמאָל געווען פאַרשפּרייט ביי די ראַנדן און טרוקענע זייטן פון די פעלזן אין די אַנדן. היינט צו טאָג איז דער הויפּט־קולטיוו אין באָרנעאָ, יאַווא און אַנדערע אינזלען פון דעם מאַלאַאישן אַרכיפּעלאַג. דאָס וואָרט כינין שטאַמט אָפּ פון פּערואַניש קינאַ, וואָס וויל זאָגן קאָרע.

היינט דאַרף זיך אַרגענטינע אַזוי באַשרענקען אין באַנוצן כינין, אַז ספּעציעלע דעקרעטן ווערן אַרויסגעגעבן פאַרווערנדיק דאָס פאַרשרייבן דעם דראָג, בכדי דער עודף, וואָס עס געפינט זיך אין לאַנד זאָל גיין פאַר די פּראָווינצן, וועלכע ליידן אַזוי פיל פון דער מאַלאַריע. די פאַרנאַכלע־סיקונג בנוגע דעם כינע־בוים איז פאַר די אַמעריקאַנער לענדער אַ שאַנד און אַ טראַגעדיע; דאָ געוואַקסן, דאָ געקענט זיין אַ קוואַל פון שפע און איינמאָל פאַרנאַכלעסיקט דאָס פלאַנצן, און מיט דעם אויסברוך פון דער מלחמה, אַז יאַפּאַן האָט פאַרכאַפּט די האָלענדישע קאָלאָניעס, איז גע־קומען צו דער איצטיקער לאַגע. צום גליק ווערן געוויסע ערזאַץ־פּראָדוקטן דערפינדן און ווילן פאַרנעמען דעם בכבודיקן פּלאַץ פון דעם כינין. און אויך ווערן אייליק און מיט וויסנשאַפטלעכע מעטאָדן געפלאַנצט כינע־ביימער. מען האָט פון באָאָבאַכטונגען געלערנט, אַז בייטנדיק אָפּט די קאָרע, שיידט זיך אויס אין דער נייער קאָרע אַ גרעסער סכום כינין.

גרויס איז די אָנווענדונג פון די שטאָפן, וועלכע ווערן אַרויסבאַקו־מען פון דער כינע־קאָרע, ספּעציעל צו דער מאַלאַריע. און נאָך מער קאָמפּליצירט זיך די לאַגע, מיט די טויזנטער זעלנער, וועלכע קעמפן אין די מאַלארישע טראָפּישע לענדער. דער גרעסטער פאַרברויכער איז היינט צו טאָג נאָרד־אַמעריקע, און מען האָט גע־מוזט אָנקומען צו די רעשטלעך פון כינע־ביימער פון די לאַטיין־אַמערי־קאַנער לענדער, ווי באָליוויע. אינגאַנצן קען מען אין 1944, אויסרעכענען עפּעס מער ווי 4 טויזנט ביימער, וואָס פּראָדוצירן שוין די קאָרע אין

גוואַטעמאַלאַ און אַנדערע זיד־אַמעריקאַנער לענדער. אין דער פאָלקס־מעדיצין ווערט די קאָרע באַנוצט צו טאַניקאַס, מישנדיק מיט ווייסן וויין.

20 גראַם אויף אַ ליטער וויין, לאָזן זיך ווייקן 8 טעג. טרינקען אַ גלעזעלע פאַרן עסן.

די אַנטדעקונג פון די אייגנשאַפטן פון כינע־בוים איז פאַרבונדן מיט די ערשטע רעגירער, וועלכע שפּאַניע האָט געשיקט אין זיד־אַמע־ריקע. און דער וויסנשאַפטלעכער נאָמען פון דעם בוים Cinchona איז נאָך דער מאַדאַם סינטשאָנאַ, וועלכע איז קראַנק געוואָרן אויף דער מאַלאַריע און לויט אָנווייזונגען פון אינדיאַנער, האָט מען איר געגעבן די קאָרע און איר געזונט האָט זיך געבעסערט. זינט דאַן זיינען פיר הונ־דערט יאָר אַריבער, פיל נייע שטאָפן און פּרעפּאַראַטן זיינען צוגעקומען, אָבער קיינער לייסטעט ניט אַזוי פיל פאַרן געזונט פון דער מענטשהייט, ווי דער כינע־בוים, וועמעס שטאָפן עס קען קיינער ניט פאַרבייטן.

קאָקאַ-בלעטער. Coca

אַ פלאַנץ, וואָס שטאַמט אָפּ פון פערו. איצט ווערט דאָס קאָקאַ-ביימל געפלאַנצט אין באָליוויע, קאָלאָמ־ביאַ און בראַזיל. די בלעטער האָבן אַ פרישן ריח און אַ ביטערן טעם. דאָס קייען אָט די בלעטער איז אַן אַלטע געוואוינהייט צווישן די אינדיאַנער פון פערו און באָליוויאַ, אַלט ווי די מענטשן אַליין דאָרט. ביים פאָלק איז עס ווי עפּעס אַ געטלעכע מתנה. און כאָטש די שפּאַניער האָבן נאָך דער אַנטדעקונג פון יענע לענ־דער שטרענג פאַרווערט דאָס קייען די קאָקאַ-בלעטער, איז עס פאָרט פאַרבליבן אַלס פּרימאָרדיאַלע באַדערפעניש אין די הויכע אַנדן־געגנטן. צו אַלע אייגנשאַפטן, וואָס מען שרייבט צו די בלעטער ווען מען קייעט, אָדער טרינקט עס אין געהעריקער דאָזע, איז יענע, אַז עס סטימולירט דאָס האַרץ, מאַכט לייכטער דאָס אָטעמען אין די הויכע פעלזן און דע־ריבער האָט עס אַ גוטע ווירקונג פאַר יענע איינוואוינער. דאַקעגן איז אָבער דערוויזן געוואָרן, אַז אין אַן איבערגעכאַפּטער מאָס פאַרדאַרבט זיך ביסלעכווייז דער מאָגן, עס פאַרשווינדט דער אַפּעטיט און דער מענטש מוז דעגענערירט ווערן. פון באָליוויע האָבן זיך די קאָקאַ־קייער איבער־

געכאַפּט קיין צפון־אַרגענטינע און אָנגעשטעקט מיט דעם די רעשטלעך פון די אָרעמע אינדיאַנער־שבטים. עס ווערט איצט נאָכגעקאָנטראָלירט דער פאַרקויף אַפילו פון די בלעטער, אָבער זייער שטרענג איז מיטן פאַרקויף פון דעם שטאָף, וועלכער ווערט עקסטראַאירט פון זיי: דער קאָקאַין. צום קאָקאַין ווערט מען אויך שנעל צוגעוואוינט און מען לעכצט נאָך אים שטענדיק. דאָס געזעץ איז אויסן מיט זיין שטרענגקייט, אַז קאָקאַין זאָל פאַרווענדט ווערן פאַר אומבאַדינגט נויטיקע צוועקן. איצט ווערט אַדאַנק קאָקאַין און צו אים נאָענטע שטאָפן מעגלעך דורכפירן טיפע אָפּעראַציעס, בלייבנדיק דער חולה אין פולן באַוואוסטזיין. אַ טיי פון קאָקאַ־בלעטער שטילט מאָגן־קראַמפּן און ווערט אויך באַנוצט צו מויל־שווענקונגען און צו שטילן ציין־ווייטיק. מען קען פאַרבריען 10 גראַם אויף אַ ליטער.

קאַנאַפּלעס.
Cáñamo

די גוט באַקאַנטע און זייער פאַרשפּרייטע קאַנאַפּלעס האָבן אַן אָפּצווייג מיטן נאָמען: „אינדיאַנישע קאַנאַפּלעס". זיי וואַקסן אַמערסטן אין מזרח־אינדיע. דאָרט באַנוצט מען ניט זייערע פיברען צו מאַכן לייוונט, ווייל די שטענגלעך זיינען צעצווייגט און כמעט פאַרהאַרטעוועט ווי האָלץ. דאַקעגן יענע אינדיאַנישע קאַנאַפּלעס, וועלכע זיינען איבערגעפלאַנצט געוואָרן אין אַנדערע לענדער, צוליב דעם אייל פון די זאָמען אָדער די פיברען אַנטהאַלטן אָבער ניט קיין נאַרקאָטישע שטאָפן. זיכער שפּילט דאָ אַ וויכטיקע ראָל דער אופן ווי מען מאַניפּולירט מיט אַזאַ געוויקס.

לויט אַ סך פאָרשער פלעגט אין פּערסיע אַזוי געמאַכט ווערן: „אַנגעטאָן אין לעדערנע קליידער לאָזן זיך אַרויס די פּויערים צו די פעלדער און רייבן זיך אויס מיט די שטענגלעך און געבלימען פון די קאַנאַפּלעס. די פאַרשמירטע שטאָפן ווערן דערנאָך אָפּגעקראַצט און אויסגעקנאָטן אין לעבעלעך". צום רויכערן ווערן אָפּגעריסן שטיקלעך פון אַזאַ לעבעלע און אַריינגעלייגט אין אַ ליולקע. אין די מאַהאָמעטאַנישע לענדער

רופט מען אט דעם פראדוקט „הא שיש" און אלס נארקאטיק ווערט עס באנוצט פון זייער, זייער אלטע צייטן.

פערזאנען, וועלכע האבן אויף זיך זעלבסט דורכגעפירט א פרואוו מיט „הא שיש" דערציילן וועגן דעם גרויסן פארגעניגן און גליק, וואס מען לעבט איבער גלייך ביים אנפאנג, דעם עקסטאז אין וועלכן מען פאלט אריין שפעטער און ווי אזוי מען פארלירט פולשטענדיק דעם באגריף פון צייט און רוים. א גאנצער מעת־לעת ווייזט אויס ווי אן הרף־עין און אלץ ווערט גראנדיעז און וואונדערבאר.

ד"ר חיים זשיטלאווסקי ברענגט פאלגנדן פאל וועגן „האשיש":

„אין א לאנד פון נאענטן מזרח איז א געוויסער רייזנדער פארבליבן אין דער היים פון זיינעם א פריינט, א דיפלאמאט. יענער האט אים איינגעלאדן רויכערן „הא שיש", אבער מיטן באדינג, אז ער וועט „בלויז איינמאל" א צי געבן די ליולקע. מער ווי איינמאל, האט מען אים ניט געלאזט איינאטעמען. ער געדענקט, אז ער האט זיך געלייגט אויף א זאפע און געוואלט נאכאמאל א רויכער טאן, אבער די ליולקע איז האסטיק ארויסגעריסן געווארן פון זיינע הענט. א גרויס פארגעניגן און גליק האט ער דערפילט און אזוי קוקנדיק אויפן רויך, איז ער אויפגעהויבן געווארן פון דער זאפע און אויסגעצויגן ווי א פיש, ארומגעשוואומען אין דער לופטן.

צוזאמען מיטן רויך איז ער ארויסגעשוואומען דורכן פענצטער אין דער ברייטער גאס אריין. פון פרימארגן ביז פארנאכט איז ער אזוי ארומגעשוואומען, באטראכטנדיק אלץ און אלעמען, ביז ער איז צוריק אריין אין צימער. ווי גרויס איז געווען די דערשטוינונג ביים אויפכאפן זיך, ווען ער האט קאנסטאטירט, אז זיין פארשלעפערונג האט געדויערט בלויז פינף מינוט.

דער געברויך פון „האשיש" ווערט אבער א קראנקהאפטע געוואוינהייט, ווייל נאך די געציילטע מאמענטן פון פארגעניגן, פילט דער רויכערער אימפולסן, וועלכע מען קען ניט באהערשן, אזוינע אילוזיעס און

האלוצינאציעס, גארניט צו פארגלייכן מיט יענע פון אלקאהאל־געטראנקען און אפיום און צום סוף ווערט מען דערפירט צו משוגעת.

די פרעפאראטן פיון קאנאפלעס ווערן דורך דער מאדערנער מע־דיצין זייער זעלטן רעקאמענדירט. אין אויסנאמס־פאלן ווערט עס פאר־שריבן צו שטילן קראמפן און צו משוגעת־אנפאלן.

די מיינונג, אז „האשיש" איז א סעקסועלער אנרעגער, איז אבסא־לוט ניט באשטעטיקט געווארן. אין אלטערטום האט מען געהאלטן גראד פארקערט, אז דאס קאנסומירן „האשיש" דערפירט צו עקרות.

פערצנטער קאַפּיטל

גיפֿט גאָר אָן אַ מאָס און אָן אַ וואָג

גלייך ביים אָנהויב האָבן מיר געזאָגט, אַז פאַרמאַציע איז אַ זייער אַן אַלטע און בכבודע פּראָפעסיע. דער כבוד מיטן צוטרוי נעמט זיך פון דעם, וואָס די גיפטן, וועלכע ווערן דאָרט געמישט און אויסגעפּאַרטיקט, דערלאַנגט צום פאַרברויכער מוזן זיין אין מאָס און וואָג און טראָגן אַזאַ ליכטיקן נאָמען, ווי רפואות. ליידער, געפינט זיך איין וויכטיקער גיפט, וואָס שטייט ניט אונטער קיינעמס קאָנטראָל און במילא ניט פון אַפּטייקער. דאָס איז דער שקר. קונציק פאַרשטעלט פליט ער אַרום, און פאַרגיפטעט אַ וועלט. אַ חבר פון איגנאָראַנץ און פאַרדאָרבענע לייט מיידט ער אויס אַלע געזעצן און פאַראַנקערט זיך גראָד אין דאָס איידלסטע, וואָס דער מענטש האָט דערגרייכט אין זיין רעיון. אונזער אָרגאַניזם באַשטייט פון טויזנטער מיליאָנען קעמערלעך, וועלכע זיינען אויסגעפילט מיט אַ געדיכטן פליסיקן שטאָף, וואָס הייסט פּראָטאָפּלאַזמע. אָט דער שטאָף האָט כמעט די זעלבע צוזאַמענזעצונג פון עלעמענטן, ווי דער פולווער־דינאַמיט. די פייכטקייט און אויך דאָס, וואָס די אויפרייסנדע טיילן ליגן אין די קעמערלעך פאַנאַנדערגעשיידט מאַכט דער פּראָטאָפּלאַזמע פאַר דויערהאַפט. אָבער דער שקר איז אַזאַ קנויט, וואָס זויגט אויס די פייכטקייט, טריקנט ביסלעכווייז אויס דעם מח און מיט אַבי וועלכן פונק דערפירט ער צו אַן אויפרייס. פון אַזאַ שרעקלעכן אויפרייס זיינען מיר, אידן, עדות און עפּעס מער — קרבנות. נאָך שטייט די גאַנצע וועלט — מענטשן און אומשולדיקע פלאַנצן — אין אַ בלוטיקן גראַנגל

מיט אים, אבער פונקט ווי פון ים סגולות, אבערגלויבנס און סם איז, אויסגעשיידט געוואָרן, נאָך דורות מענטשלעכער אָנשטרענגונג, לעבנס־נויטיקע רפואות פארן גוף, אזוי וועט פארטריבן ווערן דער שקר פון גייסט.

מיט די אויגן צו דער מוטער־נאטור, וואָס הערט ניט אויף צו לערנען אונז, ווי עס גיסט זיך די ברכה פון לעבן דורך טויזנטער פאָרמען גלייך פאַר אַלעמען — — —

מיט די אויגן צו די פלאנצן, וואו אין ערלעכער האַרמאָניע שפּילט זיך אַלץ צונויף, ניט אָנווערנדיק קיינער די דערגרייכטע פערזענלעכקייט, אַרט נאָך אַרט, מין נאָך מין, פאמיליע נאָך פאמיליע — — —

אזוי שמועסנדיק וועגן רפואות און היפש אנדערע ענינים, האָבן מיר דערווייל ארויסגעשפּאצירט פון געדיכטן וואלד מיט די מעדיצינישע פלאנצן.

פאַר א ברייט פעלד בלייבן מיר שטיין. עס זעען זיך פילשטאָקיקע געביידעס מיט הויכע קוימענס. באַנען פירן דאָ אריין כלערליי פלאנצן, מינעראַלן און קאסטנס מיט פרישע אויסגעשניטענע טיילן פון בעלי־חיים און זיי פירן אוועק מיליאָנען רפואות אין פלעשעלעך און אין שאַכטעלעך.

דאָס זיינען די גרויסע לאַבאָראַטאָריעס.

וועגן זיי האָט דער אומפארגעסלעכער פראנצויזישער געלערנטער פאַסטעור געזאָגט:

זעט, אַז אזוינע געביידעס זאָלן זיך מערן. דאָס זיינען די טעמפּלען פון דער צוקונפט, זיי דאַרפן ברענגען פאַר דער געפּלאָגטער מענטשהייט געזונט און גליק.

(סוף)

NOMINA DE PLANTAS MEDICINALES

Abelmosco 139
Abedul Hojas (Betula Alba) 110
Aceite de Chalmoogra 88
Acónito 141
Achicoria Hojas y raíz (..
Adonis Vernalis Hojas 142
Alcanfor 86
Almidón de Trigo, almidón de papas 87
Agar Agar 20
Ajenjo Hojas (Artemisia Absinthium) 98
Algodón 89
Alhucema Lavanda (Lavándula Spica) 124
Aloe (Aloe Sacatrim) Vera . 109
Altea Malvavisco (Althaea officinalis) 107
Amapola (Papaver Rhoeas) . 124
Ambay (Ambaiba Peltata) . 107
Anémona 108
Anis (Pimpinella Anisum) .. 108
Anis estrellado (Illicum Anisatum) 109
Arnica (Arnica Montana) 111
Azafrán (Crocus Sativus) ... 114
Bálsamo de Tolú 89
Bálsamo del Perú 89
Barba de Choclo. - Estigmas de Maíz. - (Zeus Mays) .. 124
Beleño (Hyosciamus) 145
Belladona (Atropa Belladoma) 144
Bolsa del Pastor 117
Borraja 111
Benjuí (Styrax Benzoin) 109
Buchu 111
Calaguala 125
Campeche (Haematoxylon campechianum) 16
Canela 127
Caña de azúcar 133
Cáñamo 150
Carqueja (Baccaris Articulata) 125
Cáscara Sagrada (Rhamunus Purshianus) 123
Cedrón (Lippia citriedera) ... 107
Ceibo (Erythrina Cristagali) . 123
Celedonia 131
Cepa de caballo (Xanthuim Spniosum) 116
Clavos 123
Cornezuelo de centeno (Claviceps Purpúrea) 33
Coca 149

Cola caballo (Equisetum Arvense) 133
Cuasia 110
Culantrillo (Adiantum Capillus Veneris) 117
Damiana (Turnera Aphrodisiaca 138
Digital 146
Encina (Roble) 112
Efedra 117
Estrofanto 147
Estramonio 147
Eucalipto 106
Frángula 133
Fresal 134
Genciana 119
Girasol (Helianthus Annus) . 114
Ginseng 138
Gomenol 118
Gramilla (Triticum Repens) . 111
Granado 99
Guaco 112
Guaycurú 112
Guayaco 112
Hamamelis 115
Helecho Macho (Polypodium Filix Mas) 99
Heno 113
Ipeca 142
Jaborandi 119
Jalapa (Exogortum Purga) .. 118
Kola Nuez (Sterculia Acuminata) 128
Lavanda 124
Lino 120
Liquen Blanco 121
Liquen Islándico 113
Lúpulo 113
Licopodio 85
Malva 121
Maná 122
Manzanilla 127
Mandrágora 138
Manzanilla Romana 127
Menta Piperita 126
Mostaza 47
Mirra 123
Milhombre 129
Naranjo 122
Nuez Vómica 145
Nogal 129
Opio 142
Orégano 107
Olivo 104
Palán Palán 129
Perejil 131
Piretro 93
Poleo (Mentha Pulegium) 126
Polígala 132
Quebracho 132
Quillay 85
Quina 148
Quirquincho 138
Ratania (Krameria Triandra). 128
Regaliz 115
Ricino (Palma Cristi) 128
Romero 130
Rosas Rojas 129
Ruda 130
Ruibarbo 130
Sándalo 48
Sarandí Blanco (Phyllanthus Sellovianus) 131
Salvia 125
Sauco 128
Sauce Blanco (Salix Alba) ... 108

Semen Contra 98
Sen 132
Tabaco 115
Tamarindo 115
Tanaceto 100
Taraxacón (Diente de León) . 120
Trébol (Menyanthes Trifo-foliata) 114
Tilo 119
Tomillo 118
Ulmaria 131
Verbena 109
Valeriana 110
Verónica 113
Violeta 126
Yerba mate 67
Yerba de la Perdíz 116
Yerba de la Piedra 130
Yerba del Pollo 116
Yohimbe 137
Zaragatona (Plántago Psyllium) 133
Zapallo 99

ביבליאָגראַפיע

אידישע ענציקלאָפּעדיע.

אַ. גאָלאָמב : וואַסער־געוויקסן.

ג. באָטש : געוויקסן (באַארבעט פון אַ. גאָלאָמב).

י. ביבער : זומער אין וואַלד.

„ „ ווינטער אין וואַלד.

ד"ר צ. שאַבאַד : דער זעלבסטשוץ פון מענטשלעכן אָרגאַניזם.

Oparin: "Origen de la Vida"

Astrada: Farmacognosia

Michelet: El Pájaro

Michelet: El Insecto

A. Tschrich: Hondbuch der Pharmakognosie

Dr. J. A. Domínguez: Farmacoetnología

Este libro se terminó de
imprimir el día 10 de
Noviembre de 1945,
en los Tall. Gráficos
C U L T U R A,
Sarmiento 2157,
B u e n o s
A i r e s

PRINTED IN ARGENTINE